TABLA DE MATERII

Introducere 7
Despre bucătărie şi cele trebuitoare 19
Măsuri 20
Sfaturi şi lămuriri 20
Aperitive şi salate:
Aperitive..... 23
Salate..... 33
Sosuri:
Sosuri reci..... 43
Sosuri calde..... 44
Supe şi ciorbe:
Supe..... 49
Ciorbe..... 63
Mâncări de ouă 73
Raci, melci, midii..... 84
Peşte .....
Tocături .....
Mâncări de carne şi fripturi:
Carne de vacă 115
Carne de viţel..... 126
Carne de miel şi de berbec 133
Carne de porc 136
Creier, limbă, ficat, rinichi..... 139
Mâncări şi fripturi de pasăre 149
Vânat 162
Legume şi zarzavat 172
Făinoase şi diferite feluri cu brânză 226
Aluaturi şi dulciuri de casă 249
Diferite dulciuri:
Torturi şi prăjituri 281
Creme şi glazuri pentru torturi şi prăjituri... 318
Creme, jeleuri 324
Sosuri pentru dulciuri 330
Îngheţate 332
Marmelade 337
Dulceţi, şerbeturi, peltele:
Dulceţi 341
Şerbeturi 348
Peltele 353
Siropuri şi băuturi;
Siropuri 353

Băuturi 354
Câteva reţete casnice 358
Murături şi conserve pentru iarnă 365
Câteva liste de bucate 375
Anexe 388
Index alfabetic 393

INTRODUCERE

Gradul de civilizaţie al unui popor este fără îndoială în directă legătură şi cu felul său de a se hrăni. Se ştie că omul primitiv se hrănea fie cu vânaturi, carne sau peşte, fie cu fructe, ierburi şi rădăcini şi toate aceste alimente erau consumate în starea în care erau procurate sau erau pregătite într-un mod cu totul rudimentar. În decursul secolelor, cu cât omul a ajuns la o treaptă mai avansată de civilizaţie, cu atât hrana lui a devenit mai variată şi mai completă, iar felul de pregătire şi de păstrare a alimentelor, mai diferit şi mai complicat.

Se ştie că durata medie a vieţii omeneşti depinde în mare măsură de felul de alimentaţie. Durata medie a vieţii omului primitiv era foare mică, pe câtă vreme astăzi longevitatea sau durata vieţii la popoarele civilizate este de două sau de trei ori mai mare.

De asemenea, se poate spune că nu există un mijloc mai bun pentru păstrarea sănătăţii — prin sănătate înţelegându-se perfectul echilibru morfologic şi funcţional al organismului — decât o hrană echilibrată.

Dacă sănătatea este păstrată de o hrană echlibrată, dimpotrivă, cele mai multe dintre boli apar la oamenii sau, la popoarele care nu folosesc o astfel de hrană. Se cunosc nenumărate boli de nutriţie provocate, unele de abuzurile, sau de excesele alimentare, altele de lipsurile alimentare şi, în sfârşit, altele, de dezechilibrele alimentare. Pe de o parte păstrarea sanătăţii unui individ, iar pe de altă parte existenţa acestor boli numite de nutriţie, au o foarte mare importanţă socială.

În sfîrşit, modul de a pregăti hrana şi alimentele are o mare importanţă economică. Folosirea raţională a alimentelor, pregătirea lor fără risipă, cunoaşterea mijloacelor de a le prezenta cu o înfăţişare cât mai atrăgătoare, mai gustoase şi mai bune în ce priveşte pregătirea pentru digestie, înseamnă o nemăsurată economie.

Aspectul, pregătirea şi gustul plăcut al mâncărilor fac ca alimentele să nu fie risipite. Ele sunt consumate cu plăcere şi sunt utilizate de organism în întregime, iar digestia şi absorbţia principiilor nutritive conţinute în ele se fac la maximum.

Cunoaşterea mijloacelor pentru pregătirea unor mâncări cât mai

gustoase este, deci, o problemă esenţială, extrem de importantă pentru fiecare gospodărie.

Prin “Cartea de bucate” pe care o prezintă astăzi, Editura Tehnică urmăreşte să pună la dispoziţia gospodinelor o lucrare care să le ajute în munca lor zilnică la pregătirea unor mâncări cât mai variate, cât mai economice şi cât mai gustoase.

Pentru a înţelege mai bine însemnătatea hranei şi rolul ei în păstrarea echilibrului morfologic şi funcţional al organismului, deci a sănătăţii, pentru a înţelege de ce şi cum trebuie să ne hrănim, ce înseamnă hrana normală, aşa-numita ***raţie de întreţinere***, care sunt elementele ce alcătuiesc nutriţia — aşa-numitele ***elemente nutritive*** — şi ce sunt alimentele în general, trebuie să fie cunoscute principiile esenţiale de nutriţie şi de dietă. Cu cât aceste noţiuni vor fi mai bine cunoscute şi mai limpezi pentru fiecare gospodină, cu atât ele vor înţelege mai uşor ce înseamnă o alimentaţie ***raţională*** şi ***echilibrată*** şi ce importanţă are pregătirea alimentelor.

Organismul uman poate funcţiona numai dacă i se dau alimentele necesare, tot astfel cum o maşină are nevoie de combustibil. Deci, din punct de vedere energetic, organismul poate fi asemuit cu o maşină termică, deoarece energia dezvoltată de organism rezultă din oxidarea substanţelor alimentare, care pot f*i* comparate cu combustibilul necesar maşinii. Dar, spre deosebire de maşina termică, organismul poate funcţiona un timp limitat chiar în lipsa alimentelor, consumând propriile sale substanţe pentru producerea energiei necesare funcţionării sale normale.

Pentru a nu arde însă rezervele sale, organismul viu trebuie să primească mereu alimente care, prin oxidare să-i procure energia necesară. Energia conţinută în alimente, pusă în libertate prin oxidare, este apoi folosită pentru îndeplinirea nevoilor mecanice şi calorice ale organismului.

Energia eliberată de alimente se măsoară în calorii, o calorie reprezentând cantitatea de căldură necesară pentru ridicarea cu un grad a temperaturii unui gram de apă.

Nu toate alimentele dau însă aceeaşi cantitate de energie când sunt arse în organism. Ţinând seama şi de pierderile suferite de alimente în timpul digestiei, valoarea energetică a părţilor componente ale alimentelor este următoarea: proteinele 4 calorii pe gram, zaharurile 4 calorii pe gram, iar grăsimile 9 calorii pe gram.

Cu ajutorul acestor cifre se poate afla uşor valoarea energetică a alimentelor, dacă se cunoaşte compoziţia lor.

De exemplu, considerând că 100 g lapte conţin 3 g proteine, 4 g grăsime şi 5 g zaharuri, această cantitate de lapte va degaja aproximativ 68 calorii. În mod asemănător se poate socoti valoarea energetică a tuturor alimentelor.

Organismul uman, după activitatea pe care o desfăşoară, are nevoie zilnic de o anumită cantitate de alimente. De exemplu, pentru

o muncă foarte uşoară, sunt necesare 30 calorii pentru kilogramul de greutate corporală, adică un bărbat de 70 kg necesită 2 100 calorii, iar o femeie de 60 kg, 1 800 calorii. Pentru o muncă uşoară sunt necesare 40 calorii pentru kilogramul de greutate corporală, adică respectiv 2 700 calorii pentru un bărbat de 70 kg şi 2 400 calorii pentru o femeie de 60 kg. La fel, pentru o muncă mijlocie sunt necesare 45 calorii pentru kilogramul de greutate corporală, pentru o muncă grea 50 calorii, iar pentru o muncă foarte grea 60 calorii ceea ce revine, respectiv, la 4 200 calorii pentru un bărbat de 70 kg şi la 3 600 calorii pentru o femeie de 60 kg, în medie.

Trebuie să se ştie însă, că în afară de energia mecanică sau calorică, organismul uman şi, în general, orice organism viu are nevoie şi de alte elemente, mult mai complexe. Pentru refacerea ţesuturilor uzate, el are nevoie de elemente nutritive numite ***plastice***. Organismul are nevoie, de asemenea, de aşa-numitele elemente ***regulatorii***, indispensabile unei bune funcţionări.

Alimentaţia care procură organismului uman atât elementele energetice şi elementele plastice necesare refacerii ţesuturilor uzate. Cât şi elementele regulatorii, necesare bunei funcţionări a organismului, constituie ceea ce se numeşte ***regimul alimentar complet*** sau ***raţia de întreţinere***.

Prin ***regim alimentar complet*** sau ***raţie de întreţinere*** se înţelege, deci, hrana care, ţinând seamă de greutatea individului, de vârsta şi de activitatea sa, îi acoperă toate nevoile sale organice, menţinându-l în perfectă stare de sănătate, sau, cu alte cuvinte, regimul alimentar care aduce organismului toate elementele necesare, nu numai energetice, dar şi plastice şi regulatorii, şi pentru menţinerea permanentă a stării de sănătate.

Când regimul alimentar nu aduce, vreme mai mult sau mai puţin îndelungată, toate elementele necesare, se produce un dezechilibru în organism şi apar tulburări de nutriţie.

Aşadar, regimul alimentar, pentru a fi complet, adică pentru a aduce raţia de întreţinere indispensabilă în raport cu vârsta, cu sexul, cu starea individului sau cu munca sa, trebuie să conţină: elemente plastice (proteine), elemente energetice (zaharuri sau grăsimi) şi elemente regulatorii (vitamine, săruri minerale şi apă) şi să îndeplinească următoarele condiţii:

— să cuprindă alimente care să procure energia necesară, mecanică şi calorică, în raport cu activitatea individului;

— să procure cantitatea de proteine necesară menţinerii şi reparării ţesuturilor;

— să procure cantitatea de vitamine necesară bunei funcţionări a organismului;

— să procure sărurile minerale necesare rolului regulator şi structural şi, în sfârşit,

— să furnizeze cantitatea de apă necesară menţinerii echilibrului hidric, structural *şi* vector.

S-a arătat mai sus că această raţie alimentară variază după vârsta individului, după starea sa fiziologică şi după intensitatea muncii efectuate.

Astfel, pentru un bărbat de 70 kg, sunt necesare cel puţin 70 g proteine pe zi, din care aproximativ 2/3 să provină din lapte, ouă şi carne, iar 1/3 din cereale, legume şi fructe; 350 g zaharuri, care să provină din fructe, pîine *şi* făinoase şi aproximativ 70—140 g grăsimi din care 1/2 să fie de origine animală (unt, untură), şi 1/2 uleiuri vegetale.

Necesităţile de vitamine, săruri minerale şi apă pot fi, de asemenea, precizate pentru fiecare vârstă sau sex.

Aceste necesităţi sunt mai mari la femei în cursul sarcinii, când cantitatea de proteine trebuie să fie mărita la 1,50 g pentru kilogramul de greutate corporală, astfel încât i să se contribuie prin aceasta la repararea şi menţinerea ţesuturilor mamei, cum şi la creşterea şi formarea ţesuturilor speciale şi a ţesuturilor fătului. De asemenea, femeia însărcinată are nevoie de mai multe vitamine şi săruri, minerale.

Regimul alimentar din timpul alăptării trebuie sa fie mai bogat, astfel încât să acopere atât nevoile mamei, cât şi ale copilului. Cantitatea de proteine trebuie să atingă 2 g pentru kilogramul de greutate corporală, iar cantitatea de vitamine şi de săruri minerale, în special săruri de calciu, trebuie de asemenea mărită.

Hrana sau ***alimentaţia*** sugarului sau a copilului este diferită după vârsta sa; ea variază la sugari de la o lună la alta, iar la copil, nevoile sunt proporţional mult mai mari decât la adultul normal. De exemplu, faţă de adultul normal, copilul până la 18 ani are nevoie de o cantitate mult mai mare de proteine, până la 3,5 g pentru kilogramul de greutate corporală; de asemenea, necesităţile de zaharuri pot să atingă până la 10 g pentru kilogramul de greutate corporală.

Dimpotrivă, nevoile alimentare sau raţia de întreţinere a bătrânilor este mult mai redusă; ea trebuie potrivită după activitatea pe care o desfăşoară care, în general, este mai scăzută. De exemplu, cantitatea de proteine consumată zilnic trebuie micşorată pînă la 1/2 din nevoile adultului.

Proteinele se găsesc atât în alimentele de origine animală, cât şi în cele de origine vegetală. Carnea, peştele, ouăle, laptele şi brânzeturile sunt sursele principale de origine animală, iar legumele uscate (fasolea, mazărea, lintea, bobul), cerealele, pastele făinoase şi mai puţin fructele şi legumele verzi sunt sursele de origine vegetală.

În organism, proteinele intră în alcătuirea tuturor celulelor, proporţia lor fiind mai ridicată în muşchi, în inimă şi în sînge.

Ele sunt substanţe care prin hidroliză dau naştere la c*orpi* mai

simpli, numiţi amino-acizi. Parte din aceşti amino-acizi, conţinuţi în molecula de proteină, sunt indispensabili din punct de vedere nutritiv, deoarece ei nu pot fi sintetizaţi sau produşi în organism, ci trebuie neapărat să fie introduşi de alimente, pentru a putea fi folosiţi Ia creşterea, refacerea şi păstrarea ţesuturilor.

După cum conţin sau nu amino-acizii indispensabilii organismului, proteinele se împart în proteine complete, parţial complete şi incomplete.

Proteinele complete conţin toţi amino-acizii necesari creşterii, menţinerii vieţii şi reparării ţesuturilor, Ele sunt cazeina şi lactoalbumina din lapte, ovalbumina din ouă şi altele din cereale. Prin urmare, laptele, brânza, ouăle, carnea de vită, de peşte şi de pasăre şi, în foarte mică măsură, cerealele conţin proteine complete.

Proteinele parţial complete menţin viaţa, dar nu pot ajuta la creşterea normală a ţesuturilor. Ele se găsesc în grâu, în orz şi în orez; de asemenea în legumele uscate (fasole, linte, mazăre, bob).

Proteinele incomplete nu pot menţine viaţa şi nu pot ajuta la creşterea organismului atunci când sunt folosite ca unic izvor de proteine.

Hidraţii de carbon sau **zaharurile** sunt substanţe foarte răspândite în alimentele de origine vegetală şi mai puţin în cele de origine animală.

Cerealele (grâul, porumbul, secara şi produsele obţinute din ele, ca pastele făinoase şi pâinea), fructele (strugurii, merele, perele, prunele, caisele etc.), legumele verzi (morcovii, sfecla, mazărea verde, fasolea verde, ceapa, dovleceii, bamele, spanacul), legumele uscate boabe (fasolea, mazărea, lintea, bobul), cum şi nucile, castanele şi cartofii, constituie surse foarte bogate de zaharuri de origine vegetală; iar zahărul, mierea, dulceţile şi marmeladele sunt extrem de bogate în hidraţi de carbon, zahărul conţinând 100%.

Alimentele de origine animală care conţin zaharuri sub formă de glicogen sunt mai ales carnea, muşchii, ficatul; sângele conţine glucoză, iar laptele, lactoză.

Grăsimile sau **lipoidele** se găsesc atât în alimentele de origine animală, cât şi în cele de origine vegetală. Cele de origine animală sunt mai ales untul, frişca, smântâna, brânzeturile grase, laptele, gălbenuşul de ou, untura, slănina, seul şi cărnurile grase. Grăsimile de origine vegetală se găsesc în unele fructe (măsline, nuci, alune, migdale), cum şi în seminţele oleaginoaselor (floarea soarelui, dovleac etc.) din care se scot uleiurile vegetale cornestibile.

Vitaminele sunt elemente regulatorii ale nutriţiei, indispensabile vieţii animale. Alimentaţia sau raţia de întreţinere trebuie să le conţină pe toate, fiecare dintre ele având un rol specific şi indispensabil. Ele trebuie să fie cuprinse în alimente, deoarece organismul uman nu le noate sintetiza. Lipsa lor din alimentaţie

produce tulburări caracteristice pentru fiecare dm ele, tulburări care dispar îndată ce sunt din nou introduse în organism împreună cu alimentele. Aceste tulburări provocate de lipsa de vitamine se numesc avitaminoze.

Vitaminele sunt produse aproape numai de plante. Compoziţia lor chimică nefiind cunoscută la început, ele au fost notate cu literele alfabetului, în ordinea descoperirii lor.

Trebuie să se ştie, de asemenea, că vitaminele sunt în general substanţe pe care căldura şi agenţii fizici le distrug uşor.

Vitaminele pot fi împărţite schematic în două mari categorii: ***vitaminele liposolubile*** sau solubile în grăsimi, aduse deci în special de alimentele grase, şi ***vitaminele hidrosolubile*** sau solubile în apă, aduse de celelalte alimente.

În prima categorie sunt cuprinse vitaminele A, D, E şi K, iar în a doua categorie, vitaminele din grupa B şi din grupa C.

Vitamina A se găseşte răspândită atât în alimentele de origine animală, cât şi în cele de origine vegetală. Untul, frişca, smântâna, laptele, brânza grasă, gălbenuşul de ou, ficatul sunt izvoarele cele mai bogate în vitamina A de origine animală, pe când zarzavaturile (spanacul, păpădia, roşiile, ştevia, morcovii, urzicile), fructele (caisele, piersicile, dovleacul) sunt izvoarele cele mai importante de provitamină A, sau caroten. Necesarul de vitamină A pentru un adult este acoperit prin ingerarea unei cantităţi de 500 g lapte, 40 g unt, un ou, zarzavaturi şi fructe. Lipsa de vitamină A din alimentaţie provoacă tulburări vizuale, tulburări digestive şi tulburări ale pielii.

Vitamina D se găseşte mai ales în unt, în lapte şi în gălbenuşul de ou. În cantitate mai mare se găseşte în untura de peşte. Tulburările care apar din cauza lipsei vitaminei D provoacă rahitismul infantil sau cel tardiv, tulburări de calcificare a oaselor şi a dinţilor.

Vitamina E se găseşte în embrionul cerealelor necojite, în zarzavaturile verzi, în uleiurile vegetale, în lapte, unt şi gălbenuşul de ou. Vitamina E este necesară reproducerii; lipsa ei provoacă lipsa de fecunditate, avort spontan la femei, iar la bărbaţi, sterilitate.

Vitamina K se găseşte în toate părţile verzi ale plantelor, în frunzele ofilite, în bacterii, în ficat şi este elaborată de flora intestinală. Ea este indispensabilă pentru coagularea sângelui, lipsa ei provocând tulburări hemoragice de coagulare.

Vitamina B1 se găseşte răspândită atât în regnul vegetal, cât şi în cel animal, dar mai ales în tărâţele cerealelor şi în embrionul lor. Cantităţi mai mici de vitamină B1 se găsesc în cereale necojite, în pâine neagră, legume uscate, nuci, ciuperci, zarzavaturi şi fructe proaspete. Drojdia de bere este însă foarte bogată în vitamina B1. Ea se găseşte, de asemenea, în rinichi, în ficat şi în carnea slabă de porc. S-a dovedit că vitamina B1 păstrează buna funcţionare a sistemului nervos şi a aparatului digestiv, lipsa ei ducând în special la tulburări

nervoase şi tulburări în nutriţie.

Vitamina B2 sau riboflavina este foarte răspândită în natură. Alimentele de origine animală care conţin această vitamină sunt în special rinichii, ficatul, inima, creierul, muşchii, albuşul de ou, brânza şi laptele. Culoarea uşor gălbuie a zerului de lapte se datoreşte lactoflavinei sau riboflavinei. Spanacul, lăptucile, varza, mazărea verde, fasolea verde şi fructele contin de asemenea vitamina B2. Acţiunea vitaminei B2 este extrem de importantă, atât în dezvoltarea organismului, cât şi în nutriţie sau metabolism, favorizând procesele de oxidare celulară. În lipsa ei din alimentaţie, apar tulburări generale, tulburări gastro-intestinale şi tulburări ale unghiilor şi ale părului.

Vitamina PP se găseşte în alimentele de origine animală şi vegetală, sub formă de acid nicotinic. Alimentele de origine animală bogate în aceasta vitamină sunt ficatul, rinichii, glandele suprarenale şi peştii. Ouăle şi laptele sunt foarte sărace în vitamina PP. Dimpotrivă, grâul, orzul, meiul şi, într-o oarecare măsură cartofii, sunt alimente bogate în vitamina PP. Ea lipseşte însă aproape complet din porumb, mălai, slănină, ceapă uscată şi fructe (mere, struguri, pere şi prune, proaspete şi uscate). În drojdia de bere se gaseşte în cantitate foarte mare. Vitamina PP este extrem de importantă, deoarece previne apariţia pelagrei şi vindecă această boală. Vitamina PP este indicată de asemenea în tulburările de nutriţie (diabet zaharat şi gută) şi în tulburările vasculare (degerături şi tulburări hepatice).

Tot din grupa vitaminei B face parte şi acidul folic, izolat la început din foile verzi, şi apoi din drojdia de bere, ficat şi rinichi. El are o acţiune primordială asupra elaborării globulelor din sânge, lipsa lui din alimentaţie provocând anemii foarte grave.

Vitamina B12 se găseşte în special în ficat. Preparatele purificate au o culoare roză datorită sărurilor de cobalt. Ca şi acidul folic, ea poate fi în parte sintetizată şi de flora intestinală. Vitamina B12 are un rol principal în producerea globulelor roşii în sânge, lipsa ei din alimentaţie putând duce la anemii, mai ales la anemie pernicioasă şi tulburări nervoase.

Din grupa vitaminei C fac parte ***vitaminele C*** şi ***P***. ***Vitamina C***, antiscorbutică, se găseşte în cantitate foarte mare în fructele de măceş, în ardeiul gras, roşu şi verde, în pătlăgelele roşii şi în lămâi, portocale, mandarine; celelalte fructe (căpşuni, fragi, smeură, coacăze) conţin cantităţi mai mici de vitamină C. Dintre zarzavaturi, varza şi cartofii conţin cele mai importante cantităţi de vitamină C. Ea se găseşte, de asemenea, în alimentele de origine animală: ficat, inimă, muşchi. Trebuie să se ştie, că alimentele, chiar cele mai bogate în vitamină C, fierte, vreme îndelungată, pierd în întregime vitamina. Vitamina C previne şi vindecă scorbutul. În lipsa sa din alimentaţie apar nu numai scorbutul şi tulburările osoase, dentare şi pigmentare, dar şi tulburări în stare generală, manifestate prin oboseală.

În sfîrşit, ***vitamina P*** se găseşte în coaja de lămâi, în mandarine şi în ardeii graşi, roşii şi verzi. Acţiunea sa este legată de permeabilitatea peretelui capilarelor. Lipsa sa din alimentaţie duce la scăderea rezistenţei capilarelor şi apariţia tulburărilor hemoragice.

Sărurile minerale sunt substanţe tot atît de necesare vieţii ca şi vitaminele. Ele se găsesc atât în alimentele de origine vegetală, cât şi în cele de origine animală. Ele au o anumită specificitate pentru diferitele ţesuturi ale organismului, calciul şi fosforul pentru oase, fierul şi cuprul pentru sânge, sulful pentru cartilaje. Cele mai importante săruri minerale necesare unei bune nutriţii sunt calciul, fosforul, clorul, sodiul şi fierul.

Calciul se găseşte în cantitate mare în lapte dulce, în laptele bătut, în iaurt şi în brânzeturi, care formează sursele cele mai bogate *şi mai* bune de calciu, pentru necesităţile organismului. Legumele uscate, nucile, zarzavaturile şi fructele sunt surse mai puţin importante. În organism, calciul ia parte la alcătuirea scheletului şi a dinţilor. Iar în sînge se găseşte sub formă liberă sau legat de proteine. La copii, cantitatea indispensabilă pentru creşterea oaselor şi a dinţilor este de 1 g pe zi; această cantitate este procurată de 1 litru de lapte. Mama, în cursul sarcinii şi în cursul alăptării, trebuie să primească o cantitate dublă, deoarece altfel fătul îşi ia calciul necesar din rezervele mamei, producând decalcificarea organismului acesteia. Lipsa îndelungată de calciu din alimentaţie produce apariţia, în special la copii, de decalcificări, rahitism şi carii dentare.

Fosforul se găseşte în mai multe alimente decât calciul. Laptele şi derivatele sale, gălbenuşul de ou şi carnea sunt izvoarele animale cele mai bogate în fosfor; iar legumele uscate, nucile şi zarzavaturile, sunt izvoarele vegetale. Fosforul este indispensabil vieţii, găsindu-se în toate ţesuturile din organism. El ia parte în special la formarea scheletului, sub formă de fosfat de calciu şi se găseşte sub formă de fosfolipide în sistemul nervos. Lipsa fosforului, din alimentaţie duce pe de o parte la decalcificarea oaselor, şi dinţilor, iar pe de altă parte, la importante tulburări de nutriţie şi la tulburări de astenie nervoasă şi musculară.

Clorul, ca şi ***sodiul***, se găsesc în cantităţi variabile în alimentele de origine vegetală şi animală, însă sunt procurate organismului mai ales de sarea de bucătărie.

Lipsa lor din alimentaţie duce la tulburări diferite, în special la oboseală, scăderea tensiunii arteriale, lipsă de poftă de mâncare şi uneori la tulburări şi mai grave.

În sfîrşit, ***fierul*** se găseşte atât în alimentele de origine animală, cât şi în cele de origine vegetală. Alimentele de origine animală care conţin fier în cantităţi mai mari sunt sângele şi organele bogate în sânge (ficatul, splina, măduva roşie a oaselor, rinichii, inima, muşchii, precum şi gălbenuşul de ou). Laptele, deşi este sărac în fier, îl conţine sub o formă complet asimilabilă şi constituie pentru sugari singurul

izvor de fier. Alimentele de origine vegetală care conţin fier sunt, în ordinea bogăţiei lor, zarzavaturile (spanacul, păpădia, urzicile, ştevia, lăptucile, varza) legumele uscate (fasolea, mazărea, lintea, bobul), şi fructele uscate (caisele, prunele, smochinele, stafidele, şi curmalele), cerealele necojite şi pâinea neagră. În organism fierul se găseşte mai ales în sânge, ficat, măduva roşie a oaselor, splină şi muşchi. În general, un regim alimentar care cuprinde ouă, ficat sau carne, verdeţuri, lapte, fructe şi pâine neagră, aduce zilnic cantitatea necesară de fier. Dimpotrivă, când regimul alimentar este sărac în fier, apar anemii speciale, numite anemii prin lipsă de fier. Aceste anemii apar de asemenea la fete în epoca pubertăţii (anemii clorotice) şi la bătrâni. Ele mai apar adeseori la bolnavii cu tulburări digestive care nu pot să utilizeze fierul.

Nu trebuie uitat, însă că şi ***apa*** este un element nutritiv important, fiind absolut indispensabilă vieţii. Apa intră în compoziţia tuturor ţesuturilor formând 75% din greutatea corpului uman şi suprimarea ei din alimentaţie provoacă apariţia rapidă a unor tulburări grave. Apa este introdusă în organism fie ca atare, fie împreună cu alimentele. Astfel, laptele conţine 87% apă, zarzavaturile, 70 — 95%, iar carnea, 75% apă.

Apa este indispensabilă vieţii organismului, deoarece fără ea schimburile chimice nu pot avea loc. Ea transportă elementele nutritive, produşii hormonali şi produsele de excreţie. Ea reglează temperatura corpului prin evaporare la nivelul plămânului şi pielii. Cantitatea necesară de apă variază între 1 000 şi 1 500 cm^3 pe zi.

Toate elementele nutritive menţionate mai sus (proteine, zaharuri, grăsimi, vitamine, săruri minerale şi apă) sunt aduse organismului prin alimente, care, în majoritatea cazurilor, nu pot fi consumate ca atare. Ele trebuie pregătite pentru a fi mai plăcute !a vedere, mai gustoase, mai hrănitoare şi mai uşor digestibile.

Cunoaşterea pregătirii alimetitelor este deci tot atât de importantă ca şi cunoaşterea noţiunilor de nutriţie dată mai sus. Acest rol revine bunei gospodine, care va găsi în “Cartea de bucate” a cunoscutei autoare Sanda Marin cea (mai bună călăuză pentru pregătirea unor cât mai variate feluri de mâncări.

Dr. MIRCEA PETRESCU

Tehnica modernă a pus la îndemâna gospodinei nu numai maşina de gătit încălzită cu lemne sau cu petrol, dar şi maşina încălzită cu gaz metan sau electricitate.

Maşina de gătit cu cuptor înlocuieşte pe deplin cuptorul bătrânesc într-o bucătărie modernă. Pe lângă maşina de gătit sunt necesare o masă, câteva scaune, un spălător pentru vase. Bucătăria trebuie să fie oglindă de curată cu tot ce se găseşte în ea. Curăţenia

în bucătărie este semnul unei bune gospodine. Unde se ţine curat, nu se adună vara muşte şi alte insecte. Un vas nespălat poate strica un fel de mâncare pregătit cu muncă şi cheltuială. Uneori poate fi chiar otrăvitor.

Obiectele de bucătărie sunt îndeajuns de cunoscute. Sunt totuşi unele indispensabile. Astfel pe lângă cele arătate mai sus, dintr-o bucătărie nu trebuie să lipsească: maşina de tocat carne, fundul de lemn, sita, răzătoarea, cuţite, linguri de lemn şi borcane sau cutii pentru făină şi sare. De asemenea este foarte necesar şi un ceas.

Gospodinele chibzuite trebuie să aibă tot ce este necesar în bucătărie. Numai astfel vor reuşi să prepare economic bucate reuşite.

MĂSURI

1 pahar de vin = 1/2 dl (150 cm^3);

1 ceaşcă obişnuită de cafea cu lapte = 2 dl (200 cm^3);

1 ceaşcă mare de cafea cu lapte = 2 1/2 dl (250 cm^3);

1 lingură cu vârf de făină = 25 g;

1 lingură rasă de făină = 15 g;

1 ceaşcă de făină = 1/4 kg;

1 lingură de zahăr = 25 – 30 g;

1 ceaşcă de zahăr = circa 200 g;

1 lingură de untură sau de unt = 25 g.

SFATURI ŞI LĂMURIRI

Orice mâncare cu sos este mai gustoasă dacă se ţine o jumătate de oră la cuptor înainte de a fi servită la masă.

Pentru a nu se întări, ficatul nu trebuie sărat înainte de a fi fript.

Pentru a înlesni frăgezirea unei cărni tari, fie de vită, fie de pasăre, se poate adăuga, la fiert sau la prăjit, puţin bicarbonat, în proporţie de o linguriţă la 5 l lichid, sau în sosul din cratiţă, la 1 kg de carne.

Pentru prăjit este bine să se amestece untură cu ulei în părţi egale.

Înainte de a frige în untură peşte, carne sau zarzavat, acestea trebuie bine zvântate cu o cârpă. Numai astfel se vor rumeni frumos.

Supele, sosurile, zarzavaturile capătă un gust mai fin dacă li se adaugă puţin unt proaspăt, după ce au fost luate de pe foc.

Untul se păstrează mai multă vreme proaspăt dacă se ţine în apă fiartă cu puţină sare, bine răcită.

[1)] Se foloseşte termenul de ulei în loc de untdelemn, deoarece la noi în ţară se întrebuinţează la gătit ulei obţinut din plante indigene, pe când untdelemnul se obţine din măsline.

Untul puţin iute, sau care are vreun iz, recapătă gustul bun dacă se spală în apă cu puţin bicarbonat. De exemplu, pentru 1/2 kg unt se pune într-un castron 1/2 l de apă şi o linguriţă rasă de bicarbonat. Se amestecă bine untul cu o lingură de lemn curată, se limpezeşte apoi în două, trei ape reci.

Untul bătut spumă se obţine repede dacă se taie untul proaspăt în bucăţele mici într-un vas care se introduce în alt vas cu apă caldă. Cum începe să se moaie, fără să se topească, se scoate din vasul cu apă caldă, se amestecă şi se bate apoi spumă la loc răcoros.

Frişcă bătută. Înainte de a fi bătută, frişca se ţine două ore la gheaţă. Se bate pe gheaţă până se face spumă, dar nu mai mult, pentru a nu se face unt. Zahărul se pune numai la urmă, când este aproape bătută, în proporţie de o lingură la 1/4 kg de frişcă.

Frişca bătută cu zahăr, întrebuinţată la torturi şi la prăjituri, trebuie bine scursă înainte de a fi folosită, deoarece zerul pe care îl lasă strică atât gustul, cât şi forma prăjiturii.

Zahăr vanilat. Într-un borcan bine închis se pune zahăr pisat şi un baton de vanilie. Pe măsură ce se întrebuinţează, se adaugă alt zahăr în loc. Când vanilia nu mai dă parfum, se înlocuieşte cu alta proaspătă. În loc de vanilie se poate întrebuinţa vanilină.

Dulceaţa nu se zahariseşte dacă se şterge marginea tingirii, în timpul fiertului, cu o cârpă curată, muiată în apă rece.

Nucile întrebuinţate la torturi şi prăjituri capătă un gust plăcut de alune când sunt prăjite puţin în cuptor, înainte de a fi folosite.

Magiunul, marmelada, peltelele se pun calde în borcane. Când acestea sunt de sticlă, se înfăşoară cu o cârpă udă ca să nu plesnească.

Praful de copt. Este un praf care face să crească aluaturile. Se găseşte în comerţ.

Fecula este făină extrasă din cartofi. Se întrebuinţează în cofetărie pentru a lega unele creme şi sosuri. Dă un gust mult mai fin ca făina de grîu. Se vinde în pachete la unele magazine.

Glucoza se întrebuinţează mult în cofetărie ca adaos pe lângă zahăr, la prepararea siropului, a şerbetului, pentru glazuri etc. Se aseamănă cu mierea, fiind transparentă, dar fără culoare, şi se găseşte în comerţ la unele magazine sau la fabricile de bomboane.

Baia de apă este un mod de a fierbe preparatele ce nu trebuie să vină în contact direct cu căldura maşinii. Vasul care conţine aceste preparate se introduce în alt vas ceva mai mare, cu apă clocotită.

Apa de var. Pentru a obţine apă limpede de var, se stinge într-un vas curat 1/4 kg de var cu 2—3 l de apă. După ce varul a fiert, se

lasă să se răcorească. Varul gros se depune la fund, iar în apa limpede de deasupra se ţin fructele pentru dulceaţă.

Bicarbonatul poate să înlocuiască cu succes apa de var; la 2 l de apă se pune o lingură rasă de bicarbonat.

CANTITĂŢILE INDICATE ÎN REŢETELE CUPRINSE ÎN CARTE SUNT SOCOTITE PENTRU ŞASE PERSOANE

APERITIVE

1. OUĂ UMPLUTE CU PASTĂ DE PEŞTE

6 ouă, 50 g unt, 1 linguriţă pastă de peşte (anchois), câteva frunze de salată verde.

Se fierb ouăle tari. După ce s-au răcit, se curăţă şi se taie în lung. Se scoate cu grijă gălbenuşul din albuş, fără ca albuşul să se rupă. Gălbenuşurile se pun într-un castron şi se adaugă untul şi o linguriţă de pastă de peşte ce se cumpără gata preparată. Se freacă totul bine până ce se obţine o pastă omogenă cu care se umplu albuşurile. Se aşază pe o farfurie şi se pun împrejur frunze de salată verde.

2. OUĂ UMPLUTE CU FICAT

6 ouă, 100 g ficat de gâscă, unt proaspăt cât o nucă, un vârf de linguriţă sare, câteva frunze de salată verde.

Se fierb ouăle tari, se curăţă şi se taie în două în lungime. Se scot gălbenuşurile, se trec prin sită şi se freacă cu ficatul de gâscă fiert. Se adaugă unt proaspăt cât o nucă, se potriveşte de sare. Cu această compoziţie bine frecată se umplu jumătăţile de ou cu vârf şi se aşază în farfurie pe un strat de salată verde tăiată ca tăiţeii.

3. OUĂ RĂSCOAPTE CU SOS PICANT

6 ouă, 2 gălbenuşuri, 1 linguriţă muştar, 100 g ulei, *2* castraveţi muraţi în oţet, un vârf de linguriţă sare.

Se fierb ouăle tari. Când sunt reci, se curăţă de coajă, se taie felii rotunde şi se aşază pe o farfurie unele peste altele. Separat se face un sos de muştar cu ou în felul următor: se pun într-un castron o linguriţă de muştar, gălbenuşurile crude şi un praf de sare. Se freacă cu o lingură de lemn până s-a amestecat oul cu muştarul, apoi se adaugă puţin câte puţin ulei. Când sosul este gata, se adaugă 2 — 3 castraveţi în oţet şi capetele de albuş răscoapte, toate tăiate foarte mărunt. Se potriveşte de sărat şi de acru. Este bine ca sosul să fie puţin mai sărat. Acest sos se toarnă peste feliile de ou aşezate în farfurie, iar împrejur se pun foi de salată verde şi felii de ridichi. În sos se poate adăuga şi puţin oţet.

4. **OUĂ CU MAIONEZĂ**

6 ouă, 2 gălbenuşuri, 1 linguriţă muştar, 100 g ulei, 1 lingură smântână, un vârf de linguriţă sare, 2 — 3 măsline sau puţină salată verde.

Se fierb ouăle tari. Când s-au răcit se curăţă de coajă şi se taie în două, în lung. Se aşază pe o farfurie cn gălbenuşul în jos şi se toarnă deasupra un strat de maioneză (v. 49) pregătită cu muştar, la care s-a adăugat o lingură bună de smântână. Peste fiecare ou se aşază o frunzuliţă de salată verde sau frunze de pătrunjel, ori bucăţele de măsline.

5. ROŞII PORTUGHEZE CU OREZ

12 roşii mijlocii, 2 ardei, 100 g orez, sare, piper, câteva frunze de salată verde. Pentru maioneză: 1 gălbenuş, 1 linguriţă muştar, 50 g ulei.

Se aleg roşii mijlocii, se taie un capac, se scobesc. Se presară sare, piper, puţin oţet şi se lasă la o parte, să se scurgă. Se fierbe în apă 100 g de orez; se scurge bine şi se amestecă cu două linguri de maioneză pregătită cu muştar şi cu doi ardei copţi, tăiaţi mărunt. Se umplu roşiile, se aşază pe farfurie, cu salată verde sau cu frunze de pătrunjel împrejur.

6. ROŞII UMPLUTE CU CARNE ŞI CIUPERCI

12 roşii mijlocii, putină carne de pasăre fiartă sau friptă, 3 — 4 ciuperci,

sare, piper, puţin oţet. Pentru maioneză: 1 gălbenuş, 1 linguriţă muştar, 50 g ulei.

Se pregătesc roşiile după cum s-a arătat mai sus. Se lasă să se scurgă după ce s-a pus sare, piper, oţet. Se taie mărunt un rest de carne de pasăre, fiert sau fript, se amestecă cu maioneză, adăugând câteva ciuperci tăiate felii şi fierte în apă cu sare. Se umplu roşiile scurse, se pune peste fiecare o felie de ciupercă şi se aşază pe farfurie cu frunze de pătrunjel verde împrejur.

7. ROŞII UMPLUTE CU PEŞTE

Aceleaşi cantităţi ca mai sus. Se înlocuieşte carnea cu bucăţele de peşte fiert.

Se pregătesc la fel ca mai sus, înlocuind carnea de pasăre cu bucăţele de peşte fiert, căruia i s-au scos oasele.

8. SALATĂ DE SCRUMBII SAU DE CHERCI, CU CARTOFI

1 scrumbie mijlocie, 600 g cartofi, 2 cepe mijlocii, 1 linguriţă oţet, 2 linguri ulei, câteva măsline.

Se curăţă scrumbia; se spală şi se lasă câteva ore în apă rece, ca să se desăreze. Se taie bucăţi. Se pregăteşte o salată de cartofi, se aşază într-o farfurie şi deasupra se pun bucăţile de scrumbie. Se pun împrejur felii de ceapă tăiată subţire şi măsline. Salata este mai gustoasă dacă se pregăteşte cu o oră, două înainte de a fi servită. La fel se pregăteşte şi din cherci.

9. SCRUMBII SARATE CU SOS DE MUŞTAR

2 scrumbii mijlocii, 1 linguriţă muştar, 50 g ulei, oţet după gust, câteva măsline sau frunze de salată verde.

Se ţine scrumbia 24 ore în apă, ca să se desăreze. Se curăţa şi se scoate şira spinării. Se taie bucăţi şi se aşază pe o farfurie. Se freacă lapţii într-un castron cu o lingură de lemn adăugând muştarul. Uleiul se pune puţin câte puţin, ca la maioneză. Se subţiază cu oţet. Se toarnă sosul peste peşte, punând împrejur măsline desărate, salată de cartofi, salată verde.

10. SCRUMBII MARINATE

2 scrumbii mijlocii, 2 cepe, 1 morcov mic, boabe de piper, boabe de muştar, 1 frunză de dafin, cîteva măsline, 5 linguri ulei, 2 îinguri oţet.

Se aleg scrumbii sărate, cu lapţi. Se ţin 24 ore în apă ca să se desăreze, schimbând apa odată sau de două ori. Se curăţă, se scoate şira spinării. Se taie bucăţi şi se aşază rânduri într-un borcan, alternând bucăţile de scrumbie cu felii de ceapă şi cu felii de morcov tăiate subţire. Se adaugă măslinele puţin fierte, boabele de piper, boabele de muştar, frunza de dafin. Peste acestea se toarnă următorul sos: se freacă bine lapţii într-un castron, se pune ulei, puţin câte puţin, şi se subţie cu oţet până se face un sos albicios. Deasupra se toarnă de un deget ulei, se leagă borcanul şi se lasă 5 — 6 zile să se marineze.

11. CIUPERCI MARINATE

500 g ciuperci, câteva boabe de piper, 1 frunză de dafin, 1 linguriţă muştar, 1/2 pahar oţet, 1 Iingură ulei, sare.

Se aleg ciuperci tinere, închise şi foarte proaspete. Se spală şi se fierb în apă cu sare 15 minute. Se aşază în borcan cu boabe de piper şi frunză de dafin, iar peste ele se toarnă oţet fiert, potrivit de sărat şi amestecat, după ce s-a răcorit, cu puţin muştar. Deasupra se pune de un deget ulei, se leagă borcanul şi se ţine la rece câteva zile, să se marineze.

12. SALATA DE ICRE IMITATE

1 1/4 ceaşcă cu apă, 4 linguri griş, 1 lingură pastă de peşte, 1/2 linguriţă boia, 100 g ulei, 1 linguriţă oţet sau zeamă de lămâie, o ceapă mijlocie.

Se pune apa la fiert într-o cratiţă mică. Când apa dă în clocot, se

toarnă grişul în ploaie. Se fierbe amestecând, până ce pasta devine potrivit de consistentă. Se dă la o parte şi după ce s-a răcorit, se freacă punând pasta de peşte, boiaua pentru culoare şi ulei ca la orice salată. Se potriveşte de sărat şi de acru, se adaugă ceapă tocată şi se aşază pe o farfurie, punând câteva măsline împrejur.

13. SALATA DE CREIER

1 creier de viţel, o felie de pâine muiată în lapte, 100 g ulei, zeamă de lămâie sau oţet, sare, piper. Câteva foi de salată verde şi câteva măsline.

Se fierbe creierul (v. 292). După ce s-a răcorit, se freacă într-un castron şi se amestecă cu miezul de pâine muiat în lapte şi stors. Se freacă bine cu lingura de lemn, adăugând câte puţin ulei. Se pun lămâie, sare şi piper. După gust se poate adăuga, înainte de a servi, şi puţină ceapă tocată mărunt. Se aşază frumos pe farfurie, se pun împrejur foi de salată verde şi măsline.

14. SALATA DE PIURE DE FASOLE

300 g fasole boabe, 100 g ulei, 1 lingură zeamă de lămâie (sare de lămâie sau oţet), o ceapă mijlocie, sare.

Se fierbe fasolea uscată, se scurge şi se trece prin sită. După ce s-a răcorit se pune piureul într-un castron şi se bate bine cu o furculiţă, adăugând uleiul turnat cu încetul şi zeama de lămâie (poate fi înlocuită cu zeama de lămâie ce se găseşte în comerţ, de vânzare, în sticluţe). Se potriveşte de sărat. Când este gata, se amestecă cu ceapă tocată mărunt. Este o salată puţin costisitoare şi foarte gustoasă.

15. SALATĂ RUSEASCĂ

300 g cartofi, 1 morcov mijlociu, o mână de fasole verde, o mână de mazăre boabe, 2 ouă răscoapte, 1 linguriţă muştar, 100 g ulei, 2 linguri oţet sau lămâie, sare.

Se pun într-un castron cartofii şi morcovii fierţi, tăiaţi în cuburi mici, fasole verde şi albuş de ou răscopt, tăiate în bucăţele mici, mazăre boabe. Separat se face următorul sos: se trec prin sită gălbenuşurile răscoapte, se amestecă cu puţin muştar, se adaugă sare şi ulei, puţin câte puţin, ca la orice maioneză. Se subţiază cu lămâie sau cu oţet. Când este gata, se toarnă peste zarzavatul tăiat. Se amestecă şi se lasă la o parte un sfert de oră, pentru a se îmbiba bine cu sos. Apoi se gustă şi se potriveşte de acru şi de sărat. Se aşază pe farfurie şi se acoperă cu sos maioneză (v. 47).

16. ZACUSCĂ DE ARDEÎ ŞI GOGOŞARI

1 kg roşii, 4 gogoşari, 4 ardei graşi, 1 morcov mijlociu, 1 ceapă, 2 — 3 căţei de usturoi, 50 g ulei, 1 lingură zahăr, sare.

Se fierb roşiile şi se trec prin sită. Între timp se coc gogoşarii şi ardeii. Se curăţă, se îndepărtează cotorul şi seminţele, şi se taie felii

nu prea mărunte. Se curăţă morcovul şi se taie felii, de asemenea se taie ceapa peştişori. Morcovul şi ceapa se prăjesc uşor în ulei şi, când s-au muiat, se pun în sosul de roşii, împreună cu gogoşarii, ardeii şi usturoiul. Se adaugă zahărul şi se potriveşte gustul sărat. Această zacuscă se poăte păstra şi pe iarnă. Pentru aceasta, când este gata, se pune în borcane care se acoperă cu hârtie pergament sau cu celofan, se leagă şi se fierb o jumătate oră într-un vas cu apă.

17. ZACUSCĂ DE VINETE ŞI GOGOŞARI
500 g roşii, 2 vinete mijlocii, 4 gogoşari, 1 ceapă (facultativ), 50 g ulei, 1 lingură zahăr, sare.

Se coc vinetele şi gogoşarii. Se curăţă şi se toacă împreună pe fund (se pot toca numai vinetele, iar gogoşarii se taie felii). Se opăresc roşiile, se curăţă de pieliţă şi se taie în sferturi. Se pun vinetele, gogoşarii şi roşiile într-o cratiţă cu uleiul în care s-a rumenit ceapa (facultativ). Se pune zahărul, se potriveşte gustul sărat şi se lasă să fiarbă la foc mic până mai scade zeama, observând să nu se prindă de fund. Se poate păstra pe iarnă ca şi zacusca de ardei.

18. VINEGRETĂ
Aceleaşi cantităţi ca la salata rusească şi puţină carne.

Se face la fel ca salata rusească. Se adaugă camea rasol sau friptă, tăiată în bucăţele mici.

19. PIFTII DE PORC ŞI DE VIŢEL (RĂCITURI) 1 kg de picioare, 3 l apă, o căpăţână mică de usturoi, sare.

Piftiile se pot face din picioare şi din urechi de porc, de asemenea din picioare de viţel. Mai gustoase sunt cele amestecate.

Se pun la fiert, într-un vas cu apă rece, două picioare de porc şi două de viţel, bine spălate şi curăţite. Se lasă să fiarbă descoperite, la foc mic, şi din când în când se ia spuma. Se sărează. Sânt gata atunci când carnea se desface uşor de pe os. Se scot oasele înainte de a se răci şi se aşază carnea în farfurii. Zeama se curăţă de grăsime şi se încearcă dacă este destul de legată, punând câteva picături pe o farfurioară. Dacă acestea se întăresc bine la rece, se dă la o parte oala cu zeamă şi se lasă să se limpezească. În caz contrar se lasă pe foc, să mai dea câteva clocote. După gust, se poate adăuga în zeamă puţin usturoi pisat, înainte de a fi strecurată. Se toarnă apoi zeama peste carnea din farfurii şi se lasă să se prindă. Înainte de a fi servite se pot răsturna, ştergând fundul farfuriei cu un şervet muiat în apă fierbinte.

20. PlFTII DE PASARE (RĂCITURI)
O pasăre de aproximativ 1 kg, 2 — 3 l apă (după timpul cât trebuie să fiarbă pasărea), 2 — 3 căţei de usturoi, sare.

Se fac din curcan, gâscă, găină (cocoş), pui. Se curăţă pasărea, se taie, alegând bucăţile potrivite pentru piftii. Se pune apa să fiarbă şi când dă în clocot, se pun labele şi capul, apoi bucăţile pe rând, nu

odată, pentru ca zeama să nu iasă tulbure. Se ia spuma, se adaugă puţină sare şi se lasă să fiarbă la foc mic, până sunt gata, fără să se sfărâme camea. Se scot labele şi capul, iar bucăţile de pasăre se aşază în farfurii. Se continuă la fel ca mai sus.

21. PATEU IMITAT

2 cepe mijlocii, 1 lingură untură, 2 linguri pesmet, 50 g drojdie, 1 pahar lapte, 2 ouă răscoapte, un praf de enibahar, un praf de piper, sare.

Se toacă ceapa foarte mărunt şi se rumeneşte într-o cratiţă, cu o lingură de untură. Se adaugă pesmetul şi laptele în care s-a muiat drojdia, sare, piper şi un praf de enibahar. Se amestecă totul bine pe foc, până se îngroaşă. Se pregătesc dinainte ouăle fierte, răscoapte. Se curăţă, se scot gălbenuşunle, se zdrobesc cu furculiţa şi se amestecă cu compoziţia de mai sus. Se aşază pateul pe farfurie, iar împrejur se pun albuşurile tocate mărunt.

22. CIUPERCI UMPLUTE

500 g ciuperci, 50 g ulei, 2 linguri frunze de pătrunjel tocat, un praf de piper, sare.

Se aleg ciuperci albe, frumoase şi potrivit de mari. Se spală. Se aşază ciupercile într-o cratiţă pe maşină, punând în fiecare ciupercă un praf de sare şi puţin ulei. Se acoperă şi se ţin până se moaie. Separat se toacă mărunt picioarele ciupercilor, se pun în altă cratiţă şi se înăbuşă cu puţină sare şi ulei. Când sunt bine muiate şi scăzute, se dau la o parte să se răcorească, se amestecă cu pătrunjel tocat mărunt, cu piper praf şi cu această tocătură se umplu ciupercile de asemenea răcorite. Se aşază pe farfurie şi se servesc reci.

23. CIUPERCI UMPLUTE CU BRÂNZĂ

500 g ciuperci, 50 g unt, 100 g brânză de Brăila, 1 lingură mărar sau pătrunjel verde, tocat.

Se pregătesc ciupercile ca mai sus şi se pun într-o cratiţă la foc să se moaie pe jumătate, punând în fiecare câte un praf de sare şi o bucăţică de unt. Picioarele ciupercilor se toacă şi se înăbuşă de asemenea în altă cratiţă, cu puţină sare şi unt. Se trece prin maşină sau printr-o sită rară brânza de Brăila. Se freacă bine până devine ca o pastă, se amestecă cu picioarele ciupercilor tocate şi înăbuşite şi cu pătrunjel sau mărar verde, tocat mărunt. Cu această pastă se umplu ciupercile, se presară cu parmezan ras iar deasupra fiecăreia se pune o bucăţică mică de unt proaspăt. Se aşază într-o cratiţă de pământ, se dau la cuptor, unde se ţin pînă se rumenesc frumos deasupra. Se servesc fierbinţi.

SALATE

24. SALATĂ VERDE

1 căpăţână mare de salată verde sau 2 mijlocii, 3 linguri ulei, 1 lingură oţet, sare, piper, muştar (facultativ).

Se spală salata în mai multe ape, se curăţă de frunzele veştede şi îngălbenite, se desprind frunzele unele de altele şi se scurg bine de apă. Într-un castron se pregăteşte un sos din ulei cu lămâie sau cu oţet, sare şi un praf de piper. După gust se poate adăuga şi puţin muştar, care trebuie frecat la început cu uleiul turnat picătură cu picătură, apoi subţiat cu lămâie sau oţet. Când sosul este gata, se pune salata, se amestecă cu furculiţa şi cu lingura de salată. În acelaşi fel se pregâteşte salata de marule, de păpădie, de andive, salata creaţă etc. Salata trebuie pregătită numai cu puţin timp înainte de a fi servită, deoarece dacă stă prea mult se veştejeşte şi pierde din gust. O salată veştedă, nepregătită, se împrospătează dacă este ţinută un timp în apă rece

25. SALATĂ VERDE CU SMÂNTÂNĂ

1 căpăţână mare de salată sau 2 mijlocii, 2 linguri smântână, 1 lingură zeamă de lămâie sau oţet, sare, piper.

Se alege şi se spală salata verde ca mai sus. Se amestecă smântâna cu sare, piper şi lămâie sau oţet. Se toarnă peste salată şi se amesteca uşor împreună.

26. SALATĂ DE ANDIVE

500 g andive, 2 linguri ulei, 1 lingură oţet, sare, un praf de piper (facultativ).

Se pregăteşte la fel ca salata verde. În sos se poate adăuga puţin muştar.

27. SALATĂ DE CASTRAVETI

500 g castraveti, 2 linguri ulei, 1 lingura oţet, sare, piper (facultativ).

Se curăţă castraveţii şi se taie felii foarte subţiri. Se sărează ceva mai mult decât s-ar cere după gust. Se ţin în castron o jumătate de oră, ca să lase apa. Se scurge apa, se adaugă ulei şi oţet sau lămâie, piper dupa gust, şi se amestecă.

28. SALATĂ DE VARZĂ ALBĂ

500 g varza, 3 linguri ulei, 2 linguri oţet, 1/2 linguriţă sare.

Se taie varză foarte fin şi se sărează. Se lasă să stea o jumătate de oră. Se stoarce în mâini. Se adaugă ulei şi oţet şi se amestecă.

29. SALATĂ DE VARZĂ ROŞIE

500 g varză roşie, 3 linguri ulei, 1/2 ceaşcă oţet îndoit cu apă, 1/2 linguriţă sare.

Se taie varza foarte fin. Se sărează, se amestecă, se lasă să stea

puţin şi se stoarce bine. Se pune la foc sa fiarbă oţet de vin îndoit cu apă şi cu sare cât trebuie. Se toarna oţetul clocotit peste varză şi se amestecă bine câteva minute cu o lingură şi cu o furculiţă de lemn sau de os (lingurile de metal coclesc repede în oţet).

Varza astfel pregătită se poate ţine la rece, în borcane bine acoperite, câteva săptămâni. Înainte de a servi la masa, se adauga uleiul.

30. SALATĂ DE VARZĂ ROŞIE CU MERE

500 g vară roşie, 2 mere mijlocii, 1 rădăcină mică de hrean, 3 linguri de ulei, ½ ceaşcă oţet îndoit cu apă, ½ linguriţă sare.

Se taie varza foarte fin, se sărează, se amestecă şi se stoarce, apoi se opăreşte cu oţet, aşa cum s-a arătat mai sus. Se rad merele pe răzătoare şi se amestecă cu varza.

Se adaugă uleiul. Se aşează varza în salatieră, iar pe margini se presară hrean ras. Acestă salată este mult mai gustoasă decât salata pregătită numai din varză roşie.

31. SALATĂ DE SFECLĂ

500 g sfeclă, 1 rădăcină mică de hrean, 2 linguri ulei, 1 lingură oţet, sare.

Sfecla pentru salată se poate pregăti fie coaptă la cuptor, fie fiartă. Pentru fiert, sfecla se spală şi se pune la foc cu apă rece, cât să o cuprindă bine. În ambele cazuri sfecla este gata când furculiţa intră uşor în ea. După ce se răceşte, se curăţă de coajă şi se taie în felii. Se sărează şi se toarnă oţet. Se poate păstra astfel în borcane bine acoperite, la rece, câteva săptămâni. Înainte de a se servi, după gust, se pot adâuga ulei şi hrean ras.

32. SALATĂ DE PRAZ

O legătură de praz, 2 linguri ulei, 1 lingură oţet, un praf de piper, sare.

Prazul se poate face salată crud sau fiert. Dacă se fierb, se pune prazul cuăţit şi tăiat în bucăţi de 5 – 6 cm, cu apă fierbinte, la foc şi se lasă să dea câteva clocote. Prazul fierbe repede, de aceea trebuie să se observe să nu se sfărâme. Se face sosul din ulei, oţet, sare şi piper, cu sau fără muştar. Şi se toarnă pest prazul scurs de apă şi răcorit. Cu acleşi sos se prepară şi salata de praz crud.

33. SALATĂ DE CARTOFI

1 kg cartofi, 3 linguri ulei, 1 lingură oţet, un praf de piper, sare muştar şi ceapă (facultativ).

Se fierb cartofii cu coajă şi încă fierbinţi se curăţă şi se taie în felii subţiri. Separat se pregăteşte sosul cu ulei, oţet, sare, piper, cu sau fără muştar, şi se toarnă peste cartofii încă fierbinţi, pentru ca aceştia să se îmbibe cu sos. După gust se pot pune felii subţiri de ceapă.

34. SALATĂ DE CARTOFI CU CEAPĂ

1 kg cartofi, 4 cepe, ½ ceaşcă oţet îndoit cu apă, 1 lingură zahăr, sare. Pentru sos: 2 gălbenuşuri, 100 g ulei, 1 lingură zeamă de lămâie sau oţet, un praf de piper, sare.

Se fierb cartofii, se curăţă calzi, se taie felii şi se pun într-un carton. Se toarnă deasupra oţetul îndoit cu apă şi zahărul. Se taie cepele felii foarte subţiri, se amestecă cu cartofii, se pune sare, se acoperă şi se dă la rece.

A două zi se face o maioneză din două gălbenuşuri, cu ulei, sare, piper, zeamă de lămâie sau oţet. Se subţiază cu apă atât, cât să se poată amesteca uşor cu salata de cartofi. Se potriveşte gustul sărat şi acru. Este foarte gustoasă.

35. SALATĂ DE CARTOFI CU TARHON

1 kg cartofi, 1 gălbenuş, 1 linguriţă muştar, 1 linguriţă zahăr, 100 g ulei, 1 lingură zemă de lămâie sau oţet, sare, 1 lingură pătrunjel verde şi mărar tocat, câteva foi de tarhon.

Se fierb cartofi chifle, se curăţă şi se taie potrivit de subţiri. Se face o maioneză cu muştar, bine potrivită de sare şi oţet sau lămâie, la care se adaugă zahărul, mărar şi pătrunjel verde tocat mărunt şi puţin tarhon. Se amestecă cu cartofii, se aşează în salatieră şi împrejur se pun felii de roşii sau ardei cruzi tăiaţi mărunt.

36. SALATĂ DE FASOLE BOABE

500 g fasole boabe, 1 morcov, 1 pătrunjel, 3 cepe, 3 linguri ulei, 1 lingură oţet, câteva măsline, sare.

Se fierbe fasolea (v. 435) cu un morcov, pătrunjel şi o ceapă. Când este gata, se scurge bine, se scoate zarzavatul şi, cât este încă fierbinte, se adaugă sarea şi se amestecă cu sosul de oţet şi ulei, pregătit separat. Se adaugă măsline şi felii de ceapă (după dorinţă).

37. SALATĂ DE CARTOFI ŞI FASOLE BOABE

500 g cartofi, 250 g fasole boabe, 2 cepe, 3 linguri ulei, 1 lingură oţet, sare.

Se amestecă fasolea şi cartofii fierţi şi se pregăteşte salata ca mai sus.

38. SALATĂ DE FASOLE VERDE

1 kg fasole grasă, 3 linguri ulei, 1 lingură oţet, sare, 2 — 3 căţei de usturoi.

Pentru salată se preferă fasolea grasă. Se curaţă, se spală şi se pune la fiert cu apă fierbinte şi puţină sare. Când este gata, se scurge foarte bine de apă şi se amestecă cu sosul de ulei, oţet şi sare. După gust se adaugă mujdei de usturoi (v. 57).

39. SALATĂ DE ŢELINĂ

500 g ţelină, un gălbenuş, 50 g ulei, 1 linguriţă muştar, 1 lingură oţet, sare.

Se curăţă ţelina şi se taie ca fideaua. Se opăreşte cu apă clocotită cu sare. Se scurge bine şi se amestecă fie cu un sos maioneză, fie cu un sos de ulei, oţet şi muştar. La fel se poate face salata cu ţelină crudă, neopărită,

40. SALATĂ DE SPANAC

1 kg spanac, un ou rascopt, 2 linguri ulei, 1 lingură oţet, sare, un praf de piper.

Se alege spanacul şi se spală în mai multe ape. Se opăreşte cu apă clocotită sărată, se scurge şi se taie nu prea mărunt. Se aşază în farfuria de salată, iar deasupra se toarnă un sos făcut din ulei, oţet, sare, piper. Împrejur se pun felii de ou răscopt.

41. SALATĂ DE CIUPERCI

500 g ciuperci, 2 linguri ulei, 2 linguri oţet, sare, piper, pătrunjel verde tocat.

Se curăţă ciupercile, se spală şi se pun să fiarbă în apă cât să Ie cuprindă, cu sare şi puţin oţet. Când sunt gata, se scurg şi se taie în felii nu prea subţiri. Se face sosul din ulei, oţet, sare şi piper, ca pentru orice salată, şi se amestecă. Se adaugă pătrunjel verde, tăiat foarte fin. La fel se pregăteşte salata de ciuperci sau de urechiuşe, care se serveşte cu mujdei de usturoi şi mămăliguţă.

42. SALATĂ DE PĂTLĂGELE VINETE

3 vinete mijlocii, 150 g ulei, o lingură oţet, sare.

Pătlăgelele vinete se coc pe jăratic sau pe flacără, la gaz. Se ţin pe foc iute până încep să se moaie şi se înegreşte coaja. Cât sunt încă fierbinţi, se curăţă cu grijă de coajă, se spală bine în apă rece, ca să nu rămână nici cea mai mică fărâmitură de coajă înegrită, şi se pun pe un fund de lemn. Se apasă cu mâna ca să se scurgă apa din ele şi se toacă cu un cuţit de lemn. Se pun într-un castron, se sărează şi se bat bine cu furculiţa sau cu o lingură de lemn, punând ulei îndeajuns. Oţet şi ceapă tăiată mărunt se pun după gust. La începutul verii când vinetele sunt încă scumpe, se sporesc cu dovlecei fierţi, în părţi egale, în felul următor: se aleg dovlecei tineri, fără seminţe, se rad de coajă şi se pun la fiert în apă sărată. Când sunt gata, se pun într-o pânză să se scurgă bine de apă, cel puţin o oră. După ce s-au scurs, se toacă împreună cu vinetele şi se pregătesc ca mai sus.

43. SALATĂ DE ARDEI COPŢI

12 ardei graşi, 3 linguri ulei, 1 lingură oţet, sare.

Se aleg ardei graşi cât mai netezi. Se coc pe maşină, cu grijă să nu se ardă. Se pun într-o cratiţă, unii peste alţii, cu sare, se acoperă şi

se lasă astfel un sfert de oră. Se curăţă de pieliţă, se spală bine în apă rece ca să rămână foarte curaţi şi se scurg. Se face sosul cu ulei, oţet şi sare, se ia pe rând câte un ardei, se moaie bine în acest sos şi se aşază în farfuria de salată. De obicei se serveşte salata de vinete împreună cu cea de ardei, adăugând şi câteva felii de roşii.

44. SALATĂ DE GOGOŞARI

6 gogoşari, 2 linguri ulei, 1 lingură oţet, sare.

Se aleg gogoşari mari şi nevătămaţi, se coc pe maşină şi se curăţă la fel ca ardeii. Se taie în sferturi, se îndepărtează cotorul şi seminţele, şi se aşază frumos în salatieră. Deasupra se toarnă un sos făcut din ulei, oţet şi sare.

45. SALATĂ BULGĂREASCĂ (ORIENTALĂ)

500 g cartofi, 250 g roşii, 2 ardei graşi, 1 castra-vete, 2 cepe, 3 linguri ulei, 1 lingură oţet, sare.

Este o salată de vară care se prepară din toate zarzavaturile ce se pot mânca crude: roşii, ardei, castraveţi, ceapă, tăiate toate în felii subţiri, la care se adaugă felii de cartofi fierţi. Se face sosul şi se amestecă. Împrejur se pun frunze de salată verde, măsline sau felii de ouă răscoapte.

46. SCORDOLEA DE NUCI

250 g nuci, 1 felie de pâine, 2 — 3 căţei de usturoi, 100 g ulei, 1 Iingură oţet, sare.

Se curăţă nucile de coajă şi se pisează bine într-o piuliţă de piatră. Se adaugă o bucată de miez de pâine albă, muiat în apă şi stors, şi puţin usturoi, după gust. Se freacă bine într-un castron, punând câte puţin ulei, până se face ca o cremă untoasă. Se adaugă sare şi puţin oţet sau zeamă de lămâie.

Se serveşte cu raci fierţi, cu rasol de pasăre, salată de castraveţi, de sfeclă etc. Se poate servi şi ca sos; în acest caz se subţie cât trebuie cu puţină apă.

SOSURI RECI

47. SOS MAIONEZĂ

3 gălbenuşuri, 300 g ulei, 1 linguriţă zeamă de lămâie sau oţet, sare.

Se pun gălbenuşurile într-un castron, cu zeama de lămâie şi un praf de sare. Se freacă cu o lingură de lemn sau se bat cu telul până ce gălbenuşurile sunt bine amestecate. Apoi se adaugă uleiul picătură cu picătură. Se freacă mereu, punând din când în când şi puţină lămâie. Când maioneza începe să se îngroaşe, se poate adăuga şi câte o linguriţă de ulei odată, dar nu mai mult.

Dacă se întâmplă ca maioneza să se taie în cursul pregătirii, se

pune un gălbenuş de ou în alt castron, se amestecă cu o lingură de lemn apoi, cu o linguriţă, se adaugă puţin câte puţin din maioneza care s-a tăiat, până se amestecă toată.

Una din cauzele pentru care uneori maioneza se taie este întrebuinţarea uleiului prea rece. De aceea iarna se recomandă ca uleiul să fie puţin încălzit înainte de întrebuinţare.

Dacă maioneza este reuşită, dar prea groasă, se poate subţia cu puţină apă.

48. SOS MAIONEZĂ CU SMÂNTÂNĂ

2 gălbenuşuri, 200 g ulei, 1/2 linguriţă zeamă de lămâie, 2 linguri smântână groasă, sare, piper.

Se pregăteşte sosul maioneză şi când este gata, se adaugă smântâna. Maioneza se sporeşte şi în acelaşi timp capătă un gust fin.

49. SOS MAIONEZĂ CU MUŞTAR

2 gălbenuşuri, 1 linguriţă muştar, 200 g ulei, 1*l2* linguriţă zeamă de lămâie sau oţet, sare.

Se amestecă de la început muştarul cu ouăle. Se lucrează ca şi maioneza simplă. Şi la această maioneză se poate adăuga, când este gata, o lingură de smântână de fiecare gălbenuş.

50. SOS MAIONEZĂ CU TARHON

2 gălbenuşuri, 1 linguriţă muştar, 200 g ulei, 1/2 linguriţă oţet, 1 linguriţă tarhon tocat, 1 castravete mic în oţet.

Se face un sos maioneză cu muştar, ca mai sus, adăugând, dacă este necesar, ceva mai mult idei, ca să fie foarte legat. Când este gata, se adaugă câteva frunze de tarhon, precum şi un castravete în oţet, tocat mărunt.

51. SOS PICANT CU VERDEŢURI

2 gălbenuşuri, 1 linguriţă muştar, 200 g ulei, 1/2 linguriţă zeamă de lămâie sau oţet, sare, câteva frunze de haţmaţuchi (plantă asemănătoare pătrunjelului, cu gust picant), de pătrunjel şi ceapă verde.

Se face sosul maioneză ca mai sus. Se adaugă verdeaţa tăiată toată foarte fin.

52. SOS TARTAR

2 gălbenuşuri, 1 linguriţă muştar, 200 g ulei, 1/2 linguriţă *oţet* sau zeamă de lămâie, sare, 1 castravete mic în oţet, 1 lingură arpagic tocat, 1 lingură capere, verdeaţă (tarhon şi pătrunjel).

Se face sosul maioneză ca mai sus. Se adaugă arpagicul, castravetele în oţet, caperele şi verdeaţa, toate tăiate foarte fin.

53. SOS MAIONEZĂ ECONOMIC

2 gălbenuşuri, 200 g ulei, 1 linguriţă zeamă de lămâie, sare,

piper. Pentru sosul de făină: 1 linguriţă unt, 2 linguriţe făină, 1 ceaşcă lapte îndoit cu apă, sare.

Se pregăteşte sosul maionează şi când este gata se amestecă cu 2 — 3 linguri de sos de făină.

54. SOS DE OU

1 ou, 1 gălbenuş, 200 g ulei, 1 linguriţă zeamă de lămâie, sare, 1 castravete mic în oţet, 1 linguriţă cozi de ceapă verde tocate mărunt.

Se fierbe un ou răscopt. Se dă gălbenuşul prin sită, se pune un gălbenuş crud, sare, puţină lămâie, şi se face cu ulei un sos de maionează. Când este gata, se pune albuşul răscopt, un castravete în oţet şi cozile de ceapă, toate tăiate foarte fin.

55. SOS DE MUŞTAR

2 linguriţe muştar, 100 g ulei, sare, puţin oţet sau zeamă de lămâie.

Se subţie muştarul cu puţin oţet de vin sau cu zeamă da lămâie şi se freacă cu uleiul turnat picătură cu picătură.

56. SOS DE MUŞTAR CU TARHON

2 linguriţe muştar, 1 linguriţă zahăr, 100 g ulei, sare, 1/2 linguriţă oţet, 2 linguriţe tarhon.

Se amestecă muştarul cu zahărul pisat şi se freacă turnând uleiul picătură cu picătură. Se potriveşte de acru şi de sărat, şi se subţiază, dacă e necesar, cu puţin oţet; la urmă se adaugă foile de tarhon tocat. Acest sos este foarte gustos. Se poate servi la rasol.

57. MUJDEI DE USTUROI

2 căpăţâni de usturoi, un praf de sare, 1/2 ceaşcă apă sau zeamă de carne.

Se curăţă usturoiul şi se striveşte cu puţină sare în piuliţa de lemn, până se face ca o alifie. Se pune în sosieră şi se toarnă deasupra zeamă de carne sau apă.

58. SOS DE USTUROI (AIOLI)

1 căpăţână de usturoi, 1/2 linguriţă boia de ardei, 1 gălbenuş, 100 g ulei, sare, 1/2 linguriţă oţet.

Se striveşte usturoiul în piuliţa de lemn sau şi mai bine într-una de piatră. Se adaugă boiaua de ardei, sare şi un gălbenuş. Se toarnă puţin câte puţin uleiul, ca la maionează, şi zeamă de lămâie. Se freacă totul până devine ca o cremă.

SOSURI CALDE

59. SOS DE USTUROI CU FĂINĂ

1/2 lingură unt, 1 lingură făină, 1 ceaşcă zeamă de carne, 1

lingură oţet, 1 căpăţână mică de usturoi.

Se face un rântaş alb din unt şi făină. Se stinge cu zeamă de carne sau de zarzavat, sau chiar cu apă. Se adaugă oţetul, sarea şi usturoiul bine strivit în piuliţă. Se lasă să fiarbă 10 minute la foc mic. Se serveşte la rasol.

60. SOS DE MĂRAR CU SMÂNTÂNĂ

1/2 lingură unt, 1 lingură făină, 1 ceaşcă lapte, 2 linguri smântână, 1 lingură mărar tocat, sare.

Se face un rântaş alb din unt cu făină. Se stinge cu o ceaşcă de lapte sau cu zeamă de carne. Se adaugă smântâna, mărarul tocat fin şi sare. Se ţine la foc potrivit să dea câteva clocote mici. La foc mare, smântâna se taie. Se serveşte la rasol.

61. SOS DE MĂRAR CU OU

1 gălbenuş, 1/2 lingură unt, 1 lingură făină, 1 ceaşcă zeamă de carne, 1 lingură mărar tocat, 1 lingurită oţet, sare.

Se prăjeşte uşor, fără să se îngălbenească, făină în unt. Se stinge cu zeama de carne. Se pune mărarul tocat fin. Înainte de a se servi se adaugă puţin oţet de vin sau zeamă de lămâie şi se bate cu un gălbenuş.

62. SOS DE HREAN

1 gălbenuş, 1 lingură smântână, 1 lingură hrean ras, 1 linguriţă oţet, sare.

Se freacă gălbenuşul cu smântâna. Se pune hreanul ras, puţină sare şi oţet după gust. Se ţine la foc în alt vas cu apă fierbinte, fără să fiarbă, până se serveşte.

63. SOS DE ROŞII

500 g roşii, unt proaspăt cât o nucă, 1 linguriţă zahăr, sare, 1 frunză de ţelină.

Se spală câteva roşii frumoase, se rup bucăţi şi se pun să fiarbă; se trec prin sită, se adaugă sarea, zahărul, untul şi frunza de ţelină. Se lasă să mai fiarbă până se îngroaşă cât trebuie. Înainte de a se servi, se scoate frunza de ţelină.

64. SOS DE FĂINĂ

1/2 lingură unt sau ulei, 1 lingură făină, 2 ceşti zeamă de carne, câteva frunze de pătrunjel, sare.

Se face un rântaş din unt sau ulei şi făină. Se stinge cu zeama de carne. Se lasă să fiarbă la foc mic, amestecând mereu. Se adaugă frunze de pătrunjel şi dacă avem la îndemână, pieliţe şi picioare de la 4 — 5 ciuperci foarte bine spălate. Din când în când se ia cu o lingură pieliţa care se formează la suprafaţă. Trebuie să fiarbă aproape o oră. Când este gata se trece prin sită.

65. SOS DE CIUPERCI CU SMÂNTÂNĂ

250 g ciuperci, 1 lingură unt, 1 lingură făinâ, 1 ceaşcă zeamă de carne, 2 linguri smântână, câteva fire de pătrunjel, sare.

Se spală şi se taie ciupercile în felii subţiri. Se înăbuşă pe foc cu 1/2 lingură de unt. Se face un rântaş alb, din 1/2 lingură de unt şi o lingură de făină. Se stinge cu zeamă de carne. Se adaugă ciupercile înăbuşite, sare şi puţin pătrunjel tocat fin. Se lasă să fiarbă amestecând din când în când. Dacă sosul este prea gros, se mai adaugă zeamă de carne. Se ia cu o Iingură pieliţa ce se formează la suprafaţă. Se adaugă smântâna şi se lasă să dea un clocot, dar la foc mic, pentru ca să nu se taie smântâna.

66. SOS PENTEU FRIPTURI

1 lingură unt, 1 lingură făină, 1 ceaşcă zeamă de carne, 1 lingură oţet, 1 linguriţă muştar, 100 g cuiperci, unt proaspăt cât o nucă, sare.

Se prăjeşte o lingură de făină cu 1/2 lingură de unt, ţinându-se pe foc până începe să se rumenească. Se stinge cu zeama de carne, la care s-a adăugat oţetul şi o Iinguriţă de muştar. Se lasă să dea un clocot. Se înăbuşă în unt ciupercile tăiate felii, se amestecă cu sosul, adăugând şi unt proaspăt cât o nucă. Dacă nu se serveşte imediat, se ţine la cald într-un vas cu apă fierbinte.

67. SOS CALD DE MUŞTAR

2 cepe mari, 1 lingură unt, 1 linguriţă făină, 2 ceşti zeamă de carne sau apă, 1 păhărel de vin alb, 1 linguriţă muştar, 1/2 linguriţă zahăr, un praf de piper, sare.

Se taie ceapa şi se pune într-o cratiţă cu o lingură de unt. Se lasă să se moaie fără să se rumenească, se adaugă făina şi, după ce se îngălbeneşte puţin, se stinge cu zeama carne. Se adaugă un păhărel de vin alb. Se lasă să fiarbă 20 de minute şi se ia pieliţa ce se formează la suprafaţă. Înainte de a servi, se adaugă muştarul muiat cu puţină zeamă, piperul şi zahărul. Se trece prin sită. Se serveşte cald.

SUPE

68. SUPĂ DE CARNE

1,500 kg carne, 4 l apă, 2 morcovi frumoşi, 1 rădăcină pătrunjel, ½ rădăcină ţelină, 2 cepe, 1/4 varză (facultativ), sare.

Se pune la foc mic, într-o oală descoperită, carnea şi o bucată bună de os. Pentru ca supa să fie mai gustoasă, se pune cu apă rece la foc*;* dacă însă se urmăreşte ca rasolul să fie mai bun, se pune cu apă fierbinte. În amândouă cazurile, supa trebuie să fiarbă la foc potrivit, în clocote mici; numai astfel sucul va ieşi treptat din carne şi supa va fi mai limpede. Când începe să dea în clocote, se ia spuma cu o lingură speciala cu găuri şi se toarnă o lingură de apă rece. Aceasta face să se mai ridice un rând de spumă la suprafaţă, care este din nou

luată cu lingura. Operaţia se repetă încă odată. Când supa nu mai are nici o urmă de spumă deasupra, se şterge spuma uscată de pe marginea oalei cu o cârpă umedă, dar foarte curată, şi se adaugă sare, mai puţină decât se cere, deoarece supa scade la fiert, şi se sărează. Se adaugă zarzavatul curăţat şi spălat. Varza dă supei un gust tare şi uneori displăcut. Dacă adaugă totuşi la zarzavat, şi fierbe separat un sfert de varză mijlocie şi se adaugă în supă numai când aceasta i-e aproape gata. Se pot adăuga la supă, odată cu zarzavatul, şi măruntaie de pasăre. După ce s-au pus toate acestea se acoperă oala, pentru ca supa, să nu scadă prea tare, lăsând totuşi o mică deschizătură, şi se fierbe la foc potrivit până este gata. Trebuie să fiarbă neîntrerupt cel puţin trei ore, însă numai în clocote mici. Când este gata, se strecoară şi numai atunci i se adaugă garnitura cu care dorim să o servim la masă.

69. SUPĂ DE PASĂRE

Se întrebuinţează aceleaşi zarzavaturi ca la supa de carne (v. 68).

Se pregăteşte din clapon sau din găină. Se curăţă pasărea bine, să nu aibă tuleie, şi se procedează la fel ca la supa de carne. Se serveşte cu aceleaşi garnituri sau se drege cu gălbenuş de ou şi cu puţină lămâie.

70. SUPĂ DE GRIŞ

Pentru 6 persoane: 4 linguri cu vârf de griş.

Când supa este gata, se strecoară jumătate din ea într-o oală mai mică şi când aceasta clocoteşte, se toarnă cu o mână câte puţin griş, iar cu o lingură se amestecă pentru ca să nu se facă cocoloşi. Într-un sfert de oră este gata. Se adaugă şi restul de supă. Se serveşte, după gust, cu frunze verzi de pătrunjel, tăiate fin.

71. SUPĂ CU OREZ

Pentru 6 persoane; 3 linguri cu vârf de orez.

Se alege orezul, se spală şi se pune la fiert în supa strecurată. Se amestecă din când în când cu lingura, pentru ca să nu se prindă de fund. Orezul fierbe în jumătate de oră. După gust, la masă se poate adăuga lămâie.

72. SUPĂ CU GĂLUŞTE DE GRIŞ

Găluştele: 1 lingură unt sau untură, 1 ou, 4 linguri griş, sare.

Se freacă oul cu o lingură rasă de unt sau de untură, până se face ca o cremă. Se pune grişul câte puţin şi sare. Pasta trebuie să aibă consistenţa unei smântâni groase.

Se strecoară supa într-o cratiţă destul de mare, astfel încât găluştele să nu se atingă între ele şi să se sfărâme. Când supa clocoteşte, se ia cu o linguriţă din pasta de griş şi se dă drumul în supă. Se acoperă cratiţa şi se lasă să fiarbă ia foc mic. În douăzeci de

minute sunt fierte. Când sunt gata, se iau cu lingura de spumuit, se pun în castron cu grijă să nu se sfărâme şi se strecoară deasupra supa în care au fiert, adăugând şi restul de zeamă care a fost ţinut la cald.

73. SUPĂ CU TAIŢEI

Pentru 8 persoane se face o foaie de tăiţei dintr-un ou.

Se face un aluat de tăiţei (v. 604). Se întinde cu sucitorul pe masa de aluat o foaie de grosimea unei muchii de cuţit şi se lasă puţin să se zbicească, fără să se usuce de tot. Se face sul şi se taie fin cu un cuţit ascuţit. Se resfiră uşor cu mâna şi se lasă să se usuce bine înainte de a fi întrebuinţaţi. Este bine să fie pregătiţi cu o zi mai înainte. Se pune la fiert supa într-o cratiţă şi când clocoteşte, se dă drumul tăiţeilor. Se trage cratiţa pe foc mic şi se fierb un sfert de oră.

74. SUPĂ CU PĂTRĂŢELE

Pentru 6 persoane se face o foaie de aluat dintr-un ou.

Se face un aluat de tăiţei (v. 604). Se împătureşte foaia în patru şi se taie mici pătrăţele. Se fierb la fel ca tăiţeii.

75. SUPĂ CU GOGOŞELE DE ALUAT

Pentru 6 persoane se face o foaie de aluat dintr-un ou.

Se face un aluat ca pentru tăiţei (v. 604). Se întinde foaia, se unge cu ou şi se îndoaie în două. Cu o formă mică cât un ban se taie mici rotocoale, care se rumenesc într-o cratiţă în untură multă. Se servesc cu supa la masă.

76. SUPĂ CU TURNĂŢEI

Turnăţei: 2 ouă, 2 linguri făină, sare.

Se freacă într-un castron ouăle cu făina până când aluatul se face ca o smântână. Se pune sare. Se toarnă cu încetul în supa care clocoteşte la foc. Se fierb zece minute.

77. SUPĂ CU FRECĂŢEI

Frecăţei: 1 ou, 1 lingură lapte, 150 g făină, sare.

Din ouă, făină şi o lingură de lapte, se face un aluat potrivit de tare. Se lasă puţin să se zbicească. Se dă pe răzătoarea rară. Se lasă să se usuce pe masa de aluat. Se fierb în supă ca şi tăiţeii.

78. SUPĂ CU PUF DE OU

Puful: 2 ouă, 1 linguriţă făină, sare.

Se freacă bine două gălbenuşuri cu o linguriţă plină de făină şi puţină sare Se bate albuşul spumă, se amestecă împreună şi se toarnă

toată compoziţia deodată într-o cratiţă mare, în care s-a strecurat supa clocotită. Se acoperă, se lasă să fiarbă 10 minute. Trebuie servit imediat ce este gata, pentru ca să nu se lase.

79. SUPĂ CU GĂLUŞTE DE OREZ

Găluştele: 1/2 ceaşcă orez, 1/2 ceaşcă lapte, unt proaspăt cât o nucă, 1 ou, sare.

Se alege şi se spală orezul. Se pune la fiert cu laptele şi o bucăţică de unt proaspăt. Se sărează. Se fierbe mai mult decât orezul cu lapte obişnuit. Se ia de pe foc şi se adaugă oul. Când s-a răcit bine, se ia cu linguriţa din pastă şi se fac mici cocoloşi cu mâna, se dau prin făină şi se pun la fiert în apă clocotită, cu puţină sare. Când sunt gata, se scot cu lingura de spumuit, se scurg şi se pun în castron. Deasupra se strecoară supa.

80. SUPĂ CU GĂLUŞTE DE CARTOFI

Găluştele: 250 g cartofi, 1 ou, 1 lingură făină, 1 lingură unt proaspăt, sare, piper.

Se fierb cartofii, se curăţă de coajă şi se trec prin maşina de tocat sau prin răzătoare. Se freacă untul, se adaugă oul, făina, sare, puţin piper şi se amestecă cu cartofii. Se formează găluştele cu mâna, se dau uşor prin făină, se pun la fiert în apă clocotită; în 10 minute sunt gata. Se scurg, se pun în castron, iar deasupra se toarnă supa.

81. SUPA DE ZARZAVAT

1 morcov mijlociu, 1 rădăcină pătrunjel, 2 fire de praz, 3 cartofi mijlocii, 2 l zeamă de carne.

Morcovul, pătrunjelul şi prazul se taie fin ca tăiţeii, iar cartofii se taie puţin mai groşi. Se pun la fiert în supă strecurată. Se adaugă sare cât trebuie.

*. ALTĂ SUPA DE ZARZAVAT

1 morcov mijlociu, 1 rădăcină pătrunjel, 1 fir de praz, 1/2 ţelină, 3 cartofi, 1/2 lingură unt, 2 l zeamă de carne.

Morcovul, pătrunjelul, prazul, ţelina şi cartofii se taie ca tăiţeii. Se încinge într-o cratiţă untul, se pune tot zarzavatul, afară de cartofi, amestecând cu lingura, până se moaie, fără să se rumenească. Se toarnă deasupra apă cât să acopere zarzavatul, se lasă să dea în clocot, şi când zarzavatul este aproape fiert, se adaugă şi cartofii. Se potriveşte de sare. Când este gata, se toarnă deasupra zeama de carne şi se lasă să mai dea împreună un clocot.

82. SUPĂ CÂMPENEASCĂ

3 l apă, 1 morcov, 1 gulie, 2 fire de praz, 3 cartofi mijlocii, 1 ţelină mică, 1 lingură unt sau ulei, sare, 1 gălbenuş, 1 lingură smântână.

Morcovul, gulia şi prazul se taie ca fideaua şi se înăbuşe într-o

cratiţă cu o lingură de unt sau de ulei. Se curăţă cartofii şi ţelina, se fierb şi se trec prin sită. Se pune zeama la fiert într-o oală de supă, împreună cu zarzavatul înăbuşit. Se potriveşte de sare, se lasă să fiarbă şi când supa este gata, se drege în castron cu un gălbenuş şi cu puţină smântână.

83. SUPĂ DE ZARZAVAT CU ULEI

3 l apă, 1 morcov, 1 pătrunjel, 3 cartofi, o mână de mazăre, o mână de fasole verde, 1 dovlecel, 1 conopidă mică, 3 roşii, 1/2 lingură ulei, 1/2 lingură făină, sare.

Se taie tot zarzavatul felii şi se fierbe într-o oală, în apă cu sare, împreună cu mazărea, fasolea verde, dovlecelul tăiat bucăţi şi câteva buchete de conopidă. Se face un rântaş din făină cu puţin ulei. Se amestecă încet cu supa, la care se mai adaugă roşiile curăţite de pieliţă şi tăiate bucăţi. Se potriveşte de sare. Se lasă sa dea câteva clocote împreună.

84. SUPĂ FRANŢUZEASCĂ CU ZARZAVAT

1 morcov, 1 pătrunjel, ½ ţelină, 1 praz, 1 ceapă, 1/2 varză mică, o mână de mazăre, 1 salată mică, 1/2 lingură unt, 1/2 linguriţă zahăr, sare, 2 l zeamă de carne.

Se taie fin ca tăiţeii tot zarzavatul. Se amestecă totul cu mâna după ce s-a adăugat un praf de sare şi zahărul pisat. Se pun într-o cratiţă cu 1/2 lingură de unt şi se înăbuşă la foc potrivit. Se amestecă cu o lingură, ca să nu se ardă, însă încet să nu se sfărâme.

Separat se fierbe varza tăiată fin. Când zarzavatul a început să se moaie, se toarnă deasupra zeama de supă, astfel încât să fie bine acoperit. Se adaugă varza fiartă şi scursă, puţină mazăre boabe verde şi câteva frunze de salată verde. Când totul este bine fiert, se adaugă restul de supă, se lasă să dea împreună un clocot şi se serveşte.

85. SUPĂ DEASĂ DE MORCOVI (CREMĂ)

3 l apă, 1/2 lingură unt topit, 500 g morcov, 1 ceapă, 4 cartofi mari, 1/2 linguriţă zahăr, sare, unt proaspăt cât o nucă.

Supa de morcovi, ca şi toate supele de zarzavat, se poate pregăti, în lipsă de zeamă de carne, cu apa în care a fiert alt zarzavat, de pildă fasole boabe sau verde, conopidă, sparanghel, mazăre etc. În cel mai rău caz, se poate face şi numai cu apă. Se taie morcovii în felii subţiri şi se înăbuşă într-o cratiţă cu untul şi cu ceapa tăiată de asemenea în felii subţiri. Când morcovul a început să se moaie, se pune sarea, zahărul, câteva frunze de pătrunjel, cartofii curăţaţi şi tăiaţi felii; se toamă atât lichid, încât să fie acoperit bine. Se lasă să fiarbă cu capac trei sferturi de oră până la o oră, la foc mic. Se trece zarzavatul prin sită, se adaugă din zeamă cât trebuie şi se lasă să mai dea câteva clocote. Se pune o bucată de unt proaspăt cât o nucă în supa luată de pe foc. Se serveşte cu bucăţele de pâine prăjită în unt.

86. SUPĂ DE CARTOFI

3 l apă, 500 g cartofi, 1 morcov, 1 pătruniel, 1 praz, 1/2 ţelină, 1 ceapă, 1 lingură unt sau ulei, 1 lingură făină, sare.

Se fierbe zarzavatul în apă cu sare. Când este complet fiert, se strecoară, iar în zeamă se fierb cartofii tăiaţi bucăţele. Se prăjeşte puţin în unt sau în ulei o ceapă tăiată mărunt, peste care se pune o lingură de făină. Se stinge cu puţină apă sau cu zeamă din supă. Se lasă să dea două, trei clocote. Se amestecă încet cu supa, ca să nu se formeze cocoloşi. Se mai lasă să fiarbă. Înainte de a servi supa, se adaugă frunze de pătrunjel tăiate fin.

87. SUPĂ DE PIURE DE CARTOFI (CREMĂ)

3 l apă, 750 g cartofi, 1 ceapă, 1 gălbenuş, 1 lingură smântână, sare.

Se fierb într-o oală cu apă cartofii curăţaţi şi tăiaţi bucăţele, cu ceapă şi sare. Se lasă să fiarbă acoperit o jumătate de oră. Se încearcă dacă sunt fierţi. Se trec prin sită cât sunt încă fierbinţi. Se subţiază cu zeama lor şi se lasă să mai dea câteva clocote. Se bate un gălbenuş cu o lingură bună de smântână. Se amestecă încet cu spuma. Se adaugă o bucăţică de unt proaspăt şi frunze de pătrunjel tăiate fin. Se serveşte cu bucăţele de pâine prăjită în unt.

88. SUPĂ DE CARTOFI CU PRAZ

3 l apă, 400 g cartofi, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1/2 ţelină, 3 fire de **praz, unt proaspăt cât o nucă.**

Se fierbe zarzavatul în apă cu sare. Când este fiert se strecoară, iar în zeamă se fierb cartofii tăiaţi cuburi egale şi prazul tăiat în felii subţiri. Se lasă să fiarbă până încep să se sfărâme. Înainte de a servi, se adaugă o bucăţică mică de unt proaspăt. Se serveşte cu bucăţele de pâine prăjite în unt. Se mai poate pregăti înăbuşind prazul tăiat felii cu puţin unt, înainte de a-l pune la fiert.

89. SUPĂ DE CIUPERCI

3 l apă, zarzavat de supă, 500 g ciuperci, 1 linguriţă unt, 1 lingură făină, sare, piper, 1 gălbenuş.

Se aleg ciuperci tinere, adică încă închise, şi foarte proaspete. Se spală bine, se curăţă şi se taie în felii potrivite. Ca să rămînă albe, pe măsură ce sunt curăţite, se pun într-un castron cu apă şi puţin oţet. Se scurg bine şi se înăbuşă într-o cratiţă cu 1/2 lingură de unt, sare, piper şi puţină frunză de pătrunjel tocat fin. Se prăjeşte uşor o lingură de făină în 1/2 lingură de unt şi se stinge cu apa în care a fiert zarzavatul de supă. Se adaugă ciupercile şi se lasă să mai fiarbă. Înainte de a servi, se drege cu un 1 gălbenuş.

*** ALTĂ SUPĂ DE CIUPERCI**

3 l apă, zarzavat de supă, 500 g ciuperci, 1 lingură unt, sare,

piper, 1 lingură griş, 2 linguri smântână.

Se pregătesc ciupercile ca mai sus şi se înăbuşă într-o cratiţă cu unt, un praf de sare şi un praf de piper. Separat se fierbe zarzavat de supă şi când este gata, se strecoară; zeama se lasă să dea în clocot, apoi în ea se toarnă încet o lingură de griş. Se adaugă ciupercile şi înainte de a servi se drege cu smântână.

90. SUPĂ DEASĂ DE FASOLE BOABE (CREMĂ)

4 l apă, zarzavat de supă, 300 g fasole, 1 ceapă, unt proaspăt cât o nucă sau ulei.

Fasolea aleasă şi spălată se fierbe într-o oală cu apă; după ce dă în clocot, se scurge apa şi se toarnă altă apă fierbinte. Se adaugă un morcov tăiat în patru, o ceapă mare şi un pătrunjel cu frunze. Se lasă să fiarbă pe foc mic. Se încearcă dacă a fiert luând un bob de fasole şi strivindu-l între degete. Se scoate zarzavatul şi se trece prin sită fasolea şi ceapa, cât sunt încă fierbinţi. Se subţiază cât trebuie cu zeama lor. Se lasă să mai dea câteva clocote, amestecând mereu, ca să nu se prindă de fund. După ce se ia de pe foc, se adaugă o bucăţică de unt proaspăt sau o lingură de ulei. Se serveşte cu bucăţele de pâine prăjită în unt.

91. SUPĂ DEASĂ DE MAZĂRE VERDE (CREMĂ)

3 l apă, 500 g mazăre boabe verde, 1 salată verde, o mână de spanac, unt proaspăt cât o nucă.

Într-o oală cu apâ se fierb mazărea şi câteva frunze de spanac şi de salată, tăiate fin. Se lasă să fiarbă înăbuşit, la foc potrivit, trei sferturi de oră. Când mazărea este bine fiartă, se trece prin sită. Se subţiază cu zeama în care a fiert şi se lasă să mai dea câteva clocote, amestecând din când în când. Înainte de a servi, se adaugă o bucăţică de unt proaspăt şi o lingură sau două de mazăre verde fiartă separat.

92. SUPĂ DEASĂ DE MAZĂRE USCATĂ (CREMĂ)

4 l apă, 400 g mazăre uscată, 1 morcov mic, 1 ceapă mică, 1 felie de slănină, 1/2 lingură unt sau 1 lingură ulei, 1/2 linguriţă zahăr, sare.

Se alege, se spală şi se pune mazărea la muiat din ajun. A doua zi se schimbă apa şi se pune la foc mic cu apă rece, să se încălzească cu încetul. Se prăjesc puţin în unt sau în ulei morcovul, ceapa, pătrunjelul şi o felie de slănină fiartă, tăiate în pătrăţele mici. Toate acestea se adaugă în oala cu mazăre după ce a dat în fiert. Se sărează şi se lasă să fiarbă aproape două ore. Se trece prin sită şi se subţiază cu zeama din oală, adăugând apă, dacă este nevoie. Se pune zahărul. Se lasă să mai fiarbă, amestecând din când în când, ca să nu se prindă de fund. Când este gata, se adaugă puţin unt proaspăt sau o lingură de smântână şi, dacă avem, puţină mazăre verde conservată. Se serveşte cu bucăţele de pâine prăjită în unt.

93. SUPĂ DE MĂCRIŞ

3 l apă, 500 g măcriş, 2 cartofi, 1 lingură unt, sare, 1 gălbenuş, 2 linguri smântână.

Măcrişul trebuie să fie foarte tânăr, de aceea această supă nu este gustoasă decât foarte devreme primăvara. Se alege şi se spală bine măcrişul. Se înăbuşă într-o cratiţă cu puţin unt până când se moaie. Se trece apoi într-o oală cu apă în care a fiert zarzavat, împreună cu cartofii curăţaţi şi tăiaţi bucăţi, şi sare cât trebuie. Se lasă să fiarbă jumătate de oră. Când este aproape gata, se adaugă câteva frunze de măcriş spălate, care au fost păstrate de la început, şi se mai dă odată în clocot. Înainte de a fi servită, se drege cu un gălbenuş şi două linguri de smântână.

94. SUPĂ DE LINTE

4 l apă, 300 g linte, 1 ceapă, 2 — 3 căţei de usturoi, o crenguţă de cimbru, 1 lingură unt, untură sau ulei, 1 lingură făină.

Se alege lintea, se spală şi se pune să stea în apă de seara până a doua zi. Se pune la fiert într-o oală cu apă rece, cu ceapă tăiată mărunt, usturoi şi cimbru. Se lasă să fiarbă încet; sarea se pune numai la sfârşit când lintea este fiartă, altfel rămâne tare. Sa face un rântaş dintr-o lingură de făină cu puţin ulei sau untură, se amestecă cu supa, se potriveşte de sare şi se lasă să mai dea câteva clocote.

95. SUPĂ DEASĂ DE LINTE

*** Se folosesc aceleaşi cantităţi ca la reţeta 94.**

Se fierbe lintea şi când este gata se trece prin sită. În loc de rântaş de făină, se adaugă la fiert 2 — 3 cartofi.

96. SUPĂ DE ROŞII

1,500 kg roşii, 3 linguri orez, 1 gălbenuş, 2 linguri smântână, 2 l zeamă de carne sau apă, sare, 1 linguriţă zahăr.

Se pun într-o oală roşiile spălate şi tăiate bucăţi, cu puţină sare. Se acoperă şi se lasă să fiarbă înăbuşit în apa pe care o lasă singure. Când s-au muiat bine, se trec prin sită şi se subţiază cu zeamă de carne sau cu zeamă în care a fiert zarzavat. Se pune zahărul, orezul şi se lasă să fiarbă bine, se potriveşte de sare. Înainte de a fi servită, se drege supa cu un gălbenuş şi cu două linguri de smântână. Este foarte gustoasă şi rece. În acest caz, zeama de supă cu care se subţiază trebuie bine curăţată de grăsime.

Orezul poate fi înlocuit cu arpacaş muiat în apă **din ajun,** ca să fiarbă mai uşor.

97. SUPĂ DE ROŞII CU USTUROI

1 kg roşii, 1 ceapă, 1 lingură unt sau ulei, 1 morcov şi 1 pătrunjel, 200 g orez, 1 linguriţă zahăr, 3 căţei de usturoi, sare, 2 l zeamă de carne.

Se îngălbeneşte o ceapă tăiată mărunt în puţin unt sau ulei. Se

spală roşii bine coapte, se rup în bucăţi şi se pun împreună cu ceapa într-o oală acoperită, la foc mic. Când s-au muiat, se adaugă un morcov mic şi o bucată de pătrunjel, orezul ales şi spălat, zeamă de carne sau apă în care a fiert zarzavat, sarea, zahărul şi usturoiul. Se lasă să fiarbă acoperit trei sferturi de oră, până ce orezul se face ca o cremă. Se trece totul prin sită şi se lasă să mai dea câteva clocote, amestecând ca să nu se prindă de fund.

98. SUPĂ DEASĂ DE CONOPIDĂ (CREMĂ)
3 l apă, 1 conopidă frumoasă, 1/2 lingură unt, 1 lingură făină, 1 gălbenuş, 2 linguri smântână, sare.

Se fierbe o conopidă în apă cu sare. Se rup câteva buchete din conopidă pentru garnitură şi se păstreaza în zeamă. Se încălzesc fără să se îngălbenească untul şi făina şi se sting cu 2 — 3 ceşti de apă. Se trece conopida prin sită, se amestecă cu sosul de făină, se subţiază cu zeama în care a fiert conopida şi se lasă să mai fiarbă pe foc mic. Din când în când se ia cu o lingură pieliţa pe care o formează untul ridicat la suprafaţă. Când este gata, se drege cu un gălbenuş bătut cu două linguri de smântână şi se adaugă buchetele de conopidă fiartă.

99. SUPĂ DE GULII (CREMĂ)
3 l apă, 3 gulii frumoase, 300 g cartofi, 1/2 lingură unt, 1 lingură făină, 1 gălbenuş, 2 linguri smântână,sare.

Se curăţă guliile şi cartofii, se taie bucăţi şi se pun la fiert într-o oală cu apă şi puţină sare. Se lasă să fiarbă bine. Se face un râmtaş din jumătate lingură de unt, cu o lingură de făină. Se stinge cu zeama din oală şi se amestecă încet cu supa. Când legumele sunt bine fierte, se trec prin sită şi se lasă supa să mai dea câteva clocote. Se drege în castron cu o lingură de smântână şi cu un gălbenuş.

* **ALTA SUPĂ DE GULII**

Se curăţă câteva gulii şi câţiva cartofi. Guliile se taie în felii subţiri, iar cartofii în cuburi mici. Se pregăteşte supa la fel ca la crema de gulii, fără să se treacă prin sită. Se drege cu ou şi smântână.

100. SUPĂ DEASĂ DE DOVLEAC (CREMĂ)
4 l apă, 500 g dovleac, 1 ceapă, 2 linguri unt, 1 lingură făină, 2 linguri smântână, sare.

Se curăţă dovleacul de coajă şi de sâmburi, se taie bucăţi şi se înăbuşă cu puţin unt şi o ceapă tăiată mărunt. Se fierbe jumătate de oră la foc mic. Se face un sos alb din făină şi unt, subţiat cu puţină apă, şi se amestecă cu dovleacul trecut prin sită. Se adaugă apoi apă în care a fiert zarzavat, se pune sare şi se lasă să fiarbă la foc mic; din timp în timp se ia cu o lingură pieliţa ce se formează deasupra prin ridicarea untului la suprafaţă. Se drege cu două linguri de smântână.

101. SUPĂ DEASĂ DE LEGUME (CREMĂ)
4 l apă, 1 lingură unt, 2 cepe, 250 g roşii, 300 g cartofi, 2 căţei de usturoi, o mână de fasole fidea, unt proaspăt cât o nucă.

Se prăjeşte ceapa în unt fără să se îngălbenească. Se toarnă deasupra apă sau de preferinţă apâ în care a fiert alt zarzavat, de exemplu conopidă, fasole etc. Se pune la fiert într-o oală, se adaugă roşii frumoase şi bine coapte, cartofii curăţaţi şi tăiaţi bucăţi, sare şi usturoi. Se acoperă şi se lasă să fiarbă. Se trece prin sită şi se lasă să mai dea câteva clocote. Înainte de a servi, se adaugă fasolea verde fiartă şi tăiată în bucăţele mici, şi puţin unt proaspăt.

102. SUPĂ DE VARZĂ
3 l apă, 1 varză mijlocie, o ceaşcă orez sau arpacaş, 1 gălbenuş, 2 linguri smântână, sare.

Se taie varza mărunt, se opăreste, se scurge de apă şi se pune la fiert într-o oală, cu apă fierbinte. Se adaugă jumătate ceaşcă de arpacaş sau de orez ales şi spălat (arpacaşul se moaie în apă din ajun). Se lasă să fiarbă, se potriveşte de sare şi când este gata, se drege în castron cu un gălbenuş şi cu smântână.

103. SUPĂ DE CEAPĂ
3 l apă, 250 g ceapă, 2 linguri unt, o lingură făină, sare, 6 felii de pâine prăjită în unt, 1 lingură brânză rasă.

Se taie ceapa în felii foarte subţiri şi se pune la foc cu o lingură de unt. Nu trebuie să se îngălbenească. Când începe să se moaie, se trage cratiţa pe marginea maşinii, se adaugă făina. Se amestecă mereu şi când ceapa şi făina au luat o culoare gălbuie, se sting cu apă sau, mult mai bine, cu zeamă de carne, amestecând continuu. Se pune sare şi se lasă să fiarbă încet în sfert de oră. între timp se prăjesc feliile de pâine în unt. Deasupra supei din farfurii se pune câte o feliuţă de pâine presărată cu parmezan ras.

104. SUPĂ DEASĂ DE SPANAC (CREMĂ)
3 l apă, 500 g spanac, 1 lingură unt sau unturâ, 1 lingură făină, 1 gălbenuş, 2 linguri smântână, sare.

Se alege spanacul, se spală cu grijă şi se pune la fiert când apa clocoteşte. Separat se prăjeşte uşor făina în untură şi se stinge cu apa în care fierbe spanacul. Se toarnă râmtaşul în oala cu spanac, se trece totul prin sită, se potriveşte de sare şi se lasă să mai dea câteva clocote. Când este gata, se drege în castron cu un gălbenuş şi puţină smântână.

105. SUPĂ DE SALATĂ
3 l apă, 6 salate, 1 ceapă, 1 căpăţână de usturoi, 1 lingură untură, 50 g slănină, 2 ouă, sare.

Se pune apa la foc. Când dă în clocot, se adaugă sare, o ceapă şi

câţiva căţei de usturoi, toate tocate, şi câteva salate tăiate bucăţi. Separat se prăjesc în untură slănina tăiată cuburi şi câţiva căţei de usturoi tocat. Când încep să se rumenească, se pun în supă. În tigaia în care s-a prăjit slănina, se face o omletă obişnuită din două ouă, se taie în cuburi şi se pune în supă înainte de a fi servită la masă. După dorinţă se poate adăuga puţin oţet.

106. SUPĂ DE CHIMEN

3 l apă, zarzavat de supă, 1 lingură chimen, 1 lingură unt, 1 lingură făină, sare, 6 felii de pâine tăiate cuburi.

Se fierbe în apă o lingură de chimen şi zarzavat de supă. Se prăjeşte uşor o lingură de făină cu o lingură de unt şi se stinge cu zeama strecurată. Se lasă să dea câteva clocote. Se potriveşte de sare. Se serveşte cu cuburi de pâine prăjită în unt. Supa este mai gustoasă dacă se înlocuieşte apa în care se fierbe chimenul, cu zeamă de carne.

CIORBE

107. CIORBĂ ŢARĂNEASCĂ

2 l apă, 1 l borş, 1 kg carne de vacă, 1 ceapă, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1/2 ţelină, 1 mână fasole ţucără, 1/4 varză mică, 2 cartofi, 2 roşii, verdeaţă (mărar, pătrunjel, leuştean), sare.

Se taie carnea de vacă în bucăţi potrivite şi se pune la fiert într-o oală cu apă. Când începe să fiarbă, se ia spuma de două trei ori. Se pune sare. Se adaugă apoi tot zarzavatul tăiat mărunt, fasolea ţucără tăiată bucăţi şi spre sfârşit varza, cartofii şi roşiile, sau o lingură de bulion de roşii. Se lasă să fiarbă cât trebuie, fără sa se sfărâme zarzavatul. Separat se fierbe 1 l borş şi se strecoară în oala în care fierbe zarzavatul. Se adaugă frunze de leuştean sau de tarhon, de pătrunjel şi de mărar. Se gustă de sare, se potriveşte de acru, se adaugă la nevoie sare de lămâie dizolvată separat, în apă. Se lasă să mai dea câteva clocote.

108. CIORBĂ RUSEASCĂ CU SMÂNTÂNĂ

Aceleaşi cantităţi ca mai sus, **în plus puţină sfeclă, 1 gălbenuş. 2 linguri smântână.**

Se fierbe carnea la fel ca la borşul ţărănesc. Se pune tot zarzavatul tăiat mărunt şi se adaugă şi puţină sfeclă tăiată ca fideaua. Se adaugă borşul fiert separat, verdeaţă, sare. Se bate bine în castron gălbenuşul cu două linguri de smântână. Se toarnă borşul amestecând încet. Se serveşte.

109. CIORBĂ DE VIŢEL

2 l apă, 1 l borş, pentru rest aceleaşi cantităţi ca la ciorba ţărănească.

Se fierb bucăţile de carne şi se ia spuma. Se pune morcov, şi o rădăcină de pătrunjel, puţină varză şi ceapă tăiată mărunt. Se adaugă borşul fiert separat, verdeaţă şi **sare. Se drege** cu gălbenuş şi smântână.

110. CIORBĂ DE MIEL

2 l apă, 1 l borş, 1 kg carne de miel, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 ceapă, verdeaţă, cozi de ceapă verde, sare, 3 linguri orez, 1 gălbenuş, 2 Iinguri de smântână.

Se fierb în apă cu sare capul şi bucăţi de carne de miel. După ce dă în clocot, se ia spuma şi se adaugă: un morcov, un pătrunjel şi o ceapă mică tăiate mărunt. Când sunt fierte, se toarnă borşul fiert separat şi strecurat, şi se adaugă o frunză de pătrunjel, cozi de ceapă verde tăiate fin şi 2 — 3 linguri de orez ales şi spălat. Se lasă să fiarbă orezul, se gustă de acru şi se drege în castron cu un gălbenuş şi două linguri de smântână. În loc de orez se pot pune găluşte preparate în felul următor: se freacă o lingură de unt sau de unturâ cu un ou, bine, până se face ca o cremă. Se pune sare şi se adaugă făină până ce compoziţia devine ca o smântână groasă. Se iau cu o linguriţă şi se dă drumul găluştelor în ciorbă, când clocoteşte. Se fierb un sfert de oră.

111. CIORBĂ DE BERBEC

2 l apă, 1 l borş, 750 g carne de berbec, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1/2 varză mică, 500 g roşii, 1 ardei gras, sare.

Se taie carnea bucăţi potrivite. Se fierbe în apă, cu un morcov şi un pătrunjel. Se ia spuma, se potriveşte de sare. Când carnea este fiartă pe trei sferturi, se adaugă varza tăiată ca tăiţeii, roşiile şi un ardei gras tăiat mărunt. Odată cu ciorba se servesc ardei mici, iuţi.

112. CIORBĂ DE PASĂRE

2 l apă, 1 l borş, 1 pasăre cam de 1 kg, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 ceapă, verdeaţă, sare, 3 linguri orez, 1 gălbenuş, 2 linguri smântână.

Se face la fel ca ciorba de miel.

113. CIORBĂ DE PUI TÂNĂR

1,5 l apă, 1 l borş, 1 pui mijlociu, zarzavat de supă, 3 linguri orez, verdeaţă, cozi de ceapă verde, 2 roşii, sare, 1 gălbenuş, 2 linguri smântână.

Într-o oală cu apă clocotită se pun la fiert un morcov, o rădăcină de pătrunjel şi o ceapă tăiată mărunt. Când zarzavatul începe să fiarbă, se adaugă puiul tăiat bucăţi, labele, capul, pipota şi ficatul. Se pune sare. Se ia spuma, se adaugă orezul ales şi spălat, borşul fiert

separat şi strecurat, cozile de ceapă verde, mărar şi pătrunjel tăiate fin şi roşiile tăiate bucăţi şi fără seminţe. Înainte de a servi, se drege în castron cu un gălbenuş şi cu două linguri de smântână.

114. CIORBĂ DE POTROACE

1,5 l apă, 1,5 l zeamă de varză, măruntaie de gâscă, sau de curcan, zarzavat de supă, 3 linguri orez, verdeaţă.

La ciorba de potroace, borşul este înlocuit cu zeamă de varză. Se fierb aripile, picioarele, gâtul şi pipota de gâscă sau de curcan, tăiate în bucăţi potrivite. Se adaugă un morcov, un pătrunjel, un sfert de ţelina şi o ceapă tăiată mărunt, orezul ales şi spălat. Separat se fierbe zeama de varză, care se toarnă în oală când carnea şi zarzavatul fierbe. Se potriveşte de sare. Se adaugă pătrurjel şi mărar verde tăiate fin.

115. CIORBA DE BURTĂ (SCHIMBEA)

4 1 apă, 1 kg burtă, 1 picior de viţel, zarzavat de supă, 2 foi de dafin, 10 boabe piper, 2 linguri oţet, 2 gălbenuşuri, sare.

Se spală în mai multe ape şi se curăţă cu sare până rămîn albe, 1 kg de burtă şi un picior de viţel. Se pun la fiert în apă cu sare, cu un morcov, un pătrunjel şi o ceapă întreagă, foi de dafin, boabe de piper. Se lasă să fiarbă bine la foc potrivit. Se scoate burta şi după ce s-a răcorit, se taie în formă de tăiţei mai groşi, de asemenea şi carnea de pe picior. Se pun într-o oală, se strecoară zeama în care au fiert şi se lasă să mai dea câteva clocote. Se bat gălbenuşurile cu două linguri de oţet de vin sau o jumătate de lămâie şi se amestecă încet cu zeama din oală. Se serveşte fără să se mai pună pe foc.

116. CIORBĂ DE PERIŞOARE

2 l apă, 1 l borş, zarzavat de supă, verdeaţă, 3 roşii, sare, 1 gălbenuş, 2 linguri smântână. Perişoare: 500 g carne, 1 felie de pâine, 2 linguri orez, 1 ceapă, 1 ou, sare, piper.

Se pune la fiert într-o oală cu apă, un morcov, un pătrunjel, o ceapă, toate tăiate mărunt, şi osul ce rămâne de la carne, şi se lasă să fiarbă bine. Se toarnă borşul fiert separat şi strecurat, se adaugă verdeaţă tăiată fin, roşiile cărora li s-au scos sâmburii şi sare. Se lasă să dea câteva clocote. Se face o tocătură din carne, miezul de la o felie de pâine muiat şi stors bine, se adaugă orezul; ceapa tocată fin, un ou, sare, piper. Se fac perişoare mici cu mâna udă şi se pun la fiert în ciorbă. Înainte de a servi, se scoate osul din ciorbă şi se drege cu un gălbenuş bătut cu smântână.

117. CIORBĂ DE DOVLECEI UMPLUŢI

Aceleaşi cantităţi ca mai sus, plus 6 dovlecei tineri.

Se pun la fiert un morcov, un pătrunjel, o ceapă, puţină ţelină. Se aleg pentru umplut şase dovlecei tineri, mai subţiri, se rad de

coajă, se taie în două şi se scobesc înăuntru. Se face umplutura din 0,500 kg de carne. Osul rămas de la carne se pune la fiert împreună cu zarzavatul. Carnea se trece prin maşină împreună cu miezul de la o felie de pâine muiat şi stors bine, şi se amestecă puţin orez, ales, spălat şi înflorit (fiert puţin) mai înainte, un ou, o ceapă mică tocată, verdeaţă şi sare. Cu această tocătură se umplu dovleceii, care se fierb în supa de zarzavat. Dacă mai rămâne umplutură, se fac perişoare, care se pun de asemenea la fiert. Separat se fierbe borşul, se strecoară în oala cu dovlecei şi se adaugă verdeaţă, câteva cozi de ceapă tăiate mărunt şi sare cât trebuie. Se lasă să fiarbă la foc potrivit. Într-un castron se bate gălbenuşul cu smântână şi se amestecă încet cu ciorba.

118. CIORBĂ DE DOVLECEI

2 l apă, 1 l borş, zarzavat de supă, 3 dovlecei frumoşi, 2 roşii, verdeaţă, sare, 1 gălbenuş şi 2 linguri smântână sau 1 lingură ulei şi 1 lingură făină.

Se pun la fiert într-o oală cu apă, o ceapă tăiată mărunt, un morcov şi un pătrunjel întregi. Când zarzavatul este fiert, se adaugă borşul fiert separat, dovleceii curăţaţi şi tăiaţi potrivit, roşiile şi puţin mărar şi pătrunjel verde. Se potriveşte de sare şi se observă să nu fiarbă prea mult, pentru ca dovleceii să nu se sfărâme. La ciorbă se poate adăuga puţin rântaş de făină cu ulei sau se drege cu un gălbenuş şi puţină smântână.

119. CIORBĂ DE FASOLE VERDE

2 l apă, 1 l borş, zarzavat de supă, 500 g fasole grasă, verdeaţă, 1 ardei gras, 3 roşii mijlocii, sare.

Într-o oală cu apă clocotită, se pun la fiert un morcov, un pătrunjel şi o ceapă tăiată mărunt. Se adaugă fasolea tăiată în bucăţi, verdeaţă, cozi de ceapă verde, un ardei gras, toate tăiate mărunt, şi roşiile curăţate de seminţe. Când este aproape gata, se adaugă borşul fiert separat şi strecurat. Se potriveşte de sare. Se poate servi simplă sau dreasă cu ou şi smântână.

120. CIORBĂ DE CARTOFI ŞI FASOLE VERDE

250 g fasole grasă, 250 g cartofi, pentru rest aceleaşi cantităţi ca mai sus.

Se fierb într-o oală cu apă morcovul, pătrunjelul şi o ceapă. Se adaugă fasolea grasă tăiată în bucăţi şi la urmă cartofii curăţaţi, tăiaţi în cuburi, şi sare. Se lasă să fiarbă până încep cartofii să se sfărâme. Se adaugă frunze de pătrunjel şi de mărar tăiate fin şi borşul fiert separat şi strecurat. Se lasă să mai dea un clocot. Se scoate morcovul şi pătrunjelul şi se serveşte simplă sau dreasă cu ou şi cu smântână.

121. CIORBĂ DE CARTOFI ŞI SFECLĂ

1 sfeclă cam de 500 g, 250 g carofi; pentru rest aceleaşi

cantităţi ca l „Ciorba de fasole verde".

Se curăţă sfecla, se taie ca tăiţeii şi se fierbe într-o oală cu un morcov întreg şi o ceapă tăiată mărunt. Când sfecla este aproape fiartă, se adaugă cartofii curăţiţi şi tăiaţi subţiri, verdeaţă, sare. Când zarzavatul începe să se moaie, se pune borşul fiert separat şi strecurat. Se lasă să mai dea câteva clocote. Dacă vrem să aibă o culoare frumoasă, roşie, când ciorba este gata, se dă oala la o parte şi după ce s-a răcorit puţin, se pune sfeclă rasă (crudă) în strecurătoarea de macaroane şi se cufundă în oală, astfel încât sfecla din strecurătoare să fie acoperită cu zeamă. Se ţine un sfert de oră, până iese culoarea din sfeclă şi ciorba se înroşeşte. Se scoate strecurătoarea cu sfecla crudă şi se serveşte ciorba dreasă cu ou şi smântână.

122. CIORBĂ DE CARTOFI

500 g cartofi, pentru rest aceleaşi cantităţi ca la “Ciorba de fasole verde".

Se pun la fiert într-o oală cu apă, un morcov întreg şi o ceapă tăiată mărunt. Când a început să fiarbă, se adaugă cartofii curăţaţi şi tăiaţi în bucăţi potrivite. Se pune sare şi verdeaţă multă, mărar, pătrunjel, cozi de ceapă verde, leuştean, toate tăiate mărunt. Se adaugă borşul fiert separat. Este mai gustoasă dreasă cu smântână.

123. CIORBĂ DE FASOLE BOABE

3 l apă, 1 l borş, 300 g fasole uscată, zarzavat de supă, 200 g roşii, verdeaţă.

Se pune fasolea la fiert. După ce a dat câteva clocote, se schimbă apa cu altă apă tot fierbinte. Se adaugă un morcov, un pătrunjel şi o ceapă tăiată mărunt. Când zarzavatul este aproape fiert, se pune sarea, borşul fiert separat şi strecurat, roşiile şi verdeaţa: mărar, pătrunjel, cozi de ceapă, leuştean. Se lasă să dea împreună câteva clocote.

124. CIORBĂ DE VERDEAŢĂ

2 l apă, 1 l borş, o farfurie adâncă plină cu verdeaţă, 3 linguri orez, 1 bucăţică zahăr, sare, un gălbenuş, două linguri smântână.

Se pun la fiert într-o oală cu apă frunze de lobodă, frunze de sfeclă, cozi de ceapă verde, mărar, pătrunjel, după gust şi leuştean, tăiate mărunt. Se adaugă borşul fiert separat şi strecurat, sarea, zahărul şi orezul ales şi spălat. Se lasă să fiarbă. Se serveşte simplă sau dreasă cu un gălbenuş şi cu o lingură de smântână.

125. CIORBĂ DE URZICI

Se folosesc aceleaşi cantităţi ca la “Ciorba de verdeaţă”.

Se aleg urzici tinere, se spală, se opăresc şi se pun la fiert într-o oală cu apă. Se adaugă o ceapă tăiată mărunt, orez sau crupe de

porumb. Când totul este fiert, se pune borşul fiert separat. Se potriveşte de sare, se lasă să mai dea un clocot şi se serveşte simplă sau dreasă cu smântână.

126. SÂRBUŞCA

1 l apă, 2 l zer, 1 morcov mijlociu, 1 ceapă, 300 g cartofi, 1 lingură mălai, sare.

Se pune la fiert într-o oală cu apă, un morcov întreg şi o ceapă tăiată mărunt. Când a început să fiarbă, se adaugă cartofii curăţaţi şi tăiaţi în bucăţi potrivite. După ce se fierb şi cartofii, se toarnă zerul rămas de la strecuratul brânzei de vaci. Se potriveşte de sare. Se lasă să dea din nou în clocot şi se adaugă o lingură de mălai tumat în ploaie, ca grişul. După câteva minute ciorba este gata.

127. CIORBĂ DE ŞTEVIE

2 l apă, 1 l borş, 500 g ştevie, 1 ceapă, 1 lingură ulei, 1/2 lingură făină, 3 linguri orez sau 2 cartofi frumoşi, sare.

Se alege ştevia, se pune la fiert şi se continuă la fel ca la borşul de urzici. Separat se prăjeşte o ceapă tocată cu o lingură de ulei, se pune făina; se rumeneşte şi se stinge cu apă. Se amestecă cu ciorba şi se lasă să mai dea un clocot. În loc de orez, se pot pune la fiert câţiva cartofi tăiaţi mărunt.

128. CIORBĂ DE CRUPE DE PORUMB

2 l apă, 1 l borş, o farfurie adâncă de crupe de porumb, verdeaţă, sare.

Se spală o farfurie de crupe de porumb şi se pun la fiert într-o oală cu apă. Se adaugă verdeţuri de tot felul tocate mărunt şi cînd totul este bine fiert, se toarnă borşul fiert separat. Se potriveşte de sare.

129. CIORBĂ DE BUREŢI

2 l apă, 1 l borş, 500 g bureţi, zarzavat de supă, sare.

Ciorba se poate pregăti cu bureţii proaspeţi, cum au fost culeşi din pădure, sau cu bureţi uscaţi pentru iarnă. Se fierb într-o oală cu apă, un morcov, pătrunjel, mărar şi o ceapă. Se aleg bureţii să nu fie viermănoşi, se taie în două sau mai mărunt şi se pun în oala cu zarzavat. Când sunt fierţi, se adaugă borşul fiert separat, se potriveşte de sare şi se lasă să mai dea împreună câteva clocote. După gust se poate adăuga puţin rântaş, făcut dintr-o ceapă tocată, prăjită în ulei cu puţină făină, şi stinsă cu apă. Bureţii uscaţi se pun la muiat din ajun, într-un vas cu apă.

130. CIORBA DE HRIBI (MÂNĂTĂRCI)

Se folosesc aceleaşi cantităţi ca la ciorba de bureţi.

Se face la fel ca şi ciorba de bureţi, adăugându-se la fiert şi o mână de orez sau de arpacaş, care fierbe mai uşor dacă este muiat din ajun în apă. De asemenea şi hribii uscaţi trebuie muiaţi din ajun în apă.

131. CIORBĂ DE CRAP

2 l apă, 1 l borş, 6 bucăţi de crap (cam 600 g), zarzavat de supă, 3 linguri orez, verdeaţă, sare.

Se taie mărunt un morcov, un pătrunjel, ceapă. Se pun să fiarbă cu apă, adăugind orezul ales şi spălat. Se curăţă crapul, se scoate osul amar de la cap, iar după ce a fost spintecat şi i s-au scos maţele, se mai spală numai într-o apă, fără să fie ţinut mult, ca să nu-i iasă dulceaţa. Se taie bucăţi şi când zarzavatul este aproape fiert, se pune şi peştele în oală (de obicei bucăţile frumoase se aleg pentru prăjit sau pentru altă mâncare, iar la ciorbă se pun capul şi coada). Se lasă să fiarbă la foc potrivit. Se ia spuma şi se potriveşte de sare. Când este aproape gata, se pune borşul fiert separat şi strecurat, precum şi o mână de verdeaţă tăiată mărunt. Se lasă să mai dea împreună un clocot. Se serveşte rece sau caldă. La fel se face şi ciorba de peşte mărunt.

132. CIORBĂ DE PEŞTE CU ZEAMĂ DE VARZĂ

3 l zeamă de varză, zarzavat de supă, 600 g peşte, verdeaţă.

Se potriveşte de acră zeama de varză, adăugând apă dacă trebuie. Se fierbe cu zarzavat tăiat mărunt: morcov, pătrunjel, ceapă. Când este aproape gata, se pune peştele curăţit şi tăiat în bucăţi potrivite. Se lasă să fiarbă cât trebuie, se ia spuma, se potriveşte de sare şi se adaugă după gust verdeaţă tăiată mărunt (mărar, pătrunjel, tarhon etc.).

133. CIORBĂ DE CHITICI (PEŞTIŞORI MĂRUNŢI)

Se folosesc aceleaşi cantităţi ca la „Ciorba de crap".

Se taie mărunt mult zarzavat de supă şi se fierbe într-o oală cu apă. Se curăţă peştişorii mărunţi de maţe, strângându-i de la coadă spre cap, iar dacă sunt mari şi au solzi, se curăţă şi de solzi. Se spală şi se pun la fiert în apa cu zarzavat. Se adaugă borşul fiert separat şi sare. Peştele nu se fierbe prea mult ca să nu se sfărâme. Când este aproape gata, se adaugă o mână de verdeaţă tocată.

MÂNCĂRI DE OUĂ

134. OUĂ CU SPANAC

6 ouă, 1,500 kg spanac, 1 lingură unt, 1/2 lingură făină, 6 felii de pâine, sare.

Se pregăteşte piureul de spanac (v. 404). Separat se prăjesc în unt feliile de pâine. Se fierb ouăle jumătate tari, se curăţă şi se aşază

câte unul peste o felie de pâine prăjită. Deasupra se toarnă piureul de spanac, fierbinte.

135. SUFLEU DE OUĂ

6 ouă, 1 lingură unt, 1 lingură făină, 1/2 l lapte, 2 albuşuri, sare, 1 praf de piper, 1 lingură brânză rasă.

Se fierb ouăle jumătate tari şi se aşază într-o farfurie de sticlă rezistentă la foc, unsă cu unt. Se face următorul sos de făină: se prăjeşte uşor o lingură de făină în unt şi se stinge cu lapte fierbinte. Se amestecă mereu cu lingura, pentru a nu se face cocoloşi. Se pune sare şi un praf de piper şi se lasă să fiarbă încet pe marginea maşinii o jumătate de oră, ca să scadă. Se amestecă din timp în timp ca să nu se prindă. Când sosul este destul de gros, se amestecă cu două albuşuri bătute spumă, se toarnă peste ouă, se presară cu brânza rasă şi se dă la cuptor la foc potrivit. Se aşază pe grătar ca să aibă căldură mai mult de sus şi sa nu se întărească ouăle.

136. OCHIURI ROMÂNEŞTI

De obicei se socotesc 2 ouă de persoană.

Se pune apa la fiert, fără sare, într-o cratiţă cu pereţii scunzi. Cratiţa trebuie să fie destul de mare, pentru ca ouăle să nu fiarbă înghesuite şi să poată fi uşor scoase din apă. Când apa clocoteşte, se sparg ouăle pe rând într-o farfurioară mică şi li se dă drumul în cratiţă, binişor ca să nu se sfărâme. Se acoperă cratiţa şi se trage mai la o parte, pe foc mic, astfel încât să nu mai clocotească. Se ţin trei minute, până ce albuşul se coagulează, fără ca gălbenuşul să fie răscopt. Se scot cu grijă, cu o lingură lată, găurită, se aşază pe farfuria cu care vor fi servite la masă şi peste ele se toarnă unt topit fierbinte. Se pot servi şi cu ceapă prăjită în grăsime. La fiert se poate adăuga puţin oţet, o lingură la un litru de apă, care ajută ca albuşul să nu se resfire în apă şi să se coaguleze egal în jurul gălbenuşului. Ouăle pentru ochiuri româneşti trebuie să fie tot atât de proaspete ca şi ouăle de fiert.

137. OCHIURI CU BRÂNZĂ

6 ouă, 1 lingură unt, 1/2 lingură făinâ, 1/2 l lapte, 3 linguri brânză rasă, sare.

Se fac ochiuri româneşti, fierte ca mai sus în apă cu puţin oţet. Se scurg şi se aşază pe o farfurie unsă cu unt, rezistentă la foc. Separat se face un sos alb din unt şi făină, stins cu o ceaşcă mare de lapte. Se adaugă parmezan sau altă brânză rasă. Se lasă să fiarbă sosul cinci minute, amestecând mereu ca să nu se prindă la fund. Se toarnă peste ouă, se presară brânză rasă şi se dă cinci minute la cuptor, la foc foarte iute. Se pot servi şi imediat fără să fie date la cuptor.

138. OCHIURI CU PRAZ

6 ouă, 2 linguri unt, 1*/2* lingură făină, 2 ceşti cu lapte, 1 fir de praz, 6 felii de pâine, 1 lingură brânză rasă, sare.

Se pregătesc ochiuri romîneşti. Pe o farfurie rezistentă la foc se aşază fiecare ou bine scurs, pe o felie de pâine prăjită în unt. Separat se face un sos alb ca mai sus, în loc de brânză se pune însă un fir de praz tăiat ca fideaua şi înăbuşit în unt. Se toarnă sosul peste ouă, se presară cu parmezan ras şi se dă la cuptor, la foc iute.

139. OCHIURI LA CAPAC

Se socotesc 2 ouă şi unt cît o jumâtate de nucă pentru fiecare persoană.

Ochiurile la capac se pregătesc în farfurioare sau în tigăiţe rezistente la foc, cu care pot fi servite şi la masă. Numărul farfurioarelor trebuie să fie egal cu numărul persoanelor. Mărimea farfuriei trebuie să fie potrivită ca să încapă numai bine două ouă. Se aşază farfurioarele pe maşină şi se pune în fiecare câte o bucăţică mică de unt proaspăt, cât o jumătate de nucă. Când untul s-a topit, se sparg ouăle cu grijă în farfurioară. Sare se pune puţină numai pe albuş, deoarece pe gălbenuş lasă urme albicioase, care strică aspectul ouălor. Se ţin pe maşină 4 — 5 minute, la foc mic, până ce albuşul devine lăptos. Se servesc fierbinţi, îndată ce sunt gata.

140. OCHIURI LA CAPAC CU SMÂNTÂNĂ

6 ouă, 1/2 lingură unt, două linguri smântână, sare.

Se pregătesc ochiurile la capac aşa cum s-a arătat mai sus întrebuinţându-se însă o singură formă cu marginile scunde, rezistentă la foc. Când ochiurile încep să se prindă, se toarnă peste ele smântână şi un praf de sare. Se dau puţin la cuptor.

141. OCHIURI CU SOS DE ROŞII

6 ouă, 1/2 lingură unt; pentru sos: 500 g roşii, unt proaspăt cât o nucă, un praf de făină, sare, 1 linguriţă zahăr, 1 frunză de ţelină.

Se pregătesc ochiurile ca mai sus. În loc de smântână însă, **se** toarnă deasupra un sos de roşii (v. 63) şi se dau la cuptor.

142. OCHIURI ÎN TOMATE

6 ouă, 6 roşii frumoase, o lingură de unt proaspăt, 6 feliuţe mici de şuncă, sare.

Se aleg pătlăgele roşii netede şi destul de mari, ca să încapă în fiecare câte un ou. Se taie capacul, Se golesc de miez, se pune în fiecare câte o bucăţică mică de unt proaspăt şi un praf de sare; se aşază într-o tavă unsă bine cu unt. Se dau la cuptor la foc iute, şi se ţin până se înfierbântă.

În acest timp se pregătesc ochiurile în apă. Se pune în fiecare roşie câte o feliuţă de şuncă rumenită în tavă sau câteva felii de

ciuperci înăbuşite în unt. Deasupra se aşază oul bine scurs de apă. Se dau câteva minute la cuptor şi se servesc.

143. OCHIURI ÎN CUIB

6 ouă, 6 felii de parizer, 1/2 lingură untură, sare, câteva frunze de salată.

Se taie parizerul în felii. Se încinge untură într-o tigaie şi se aşază feliile de parizer. La căldură, pieliţa dimprejur se strânge, felia de parizer luând forma unui cuib, în care se sparge câte un ou. Se presară albuşul cu puţină sare şi se ţin pe maşină până când ochiurile sunt gata. Se aşază pe farfurie cu garnitură de frunze de salată împrejur. Pentru ca să iasă bine cuiburile, feliile de parizer trebuie să fie neapărat întregi.

144. OUĂ ÎN CUIB PE SPANAC

6 ouă, 1 kg spanac, 2 linguri unt, 1 lingură smântână, 1 lingură brânză rasă, sare.

Se alege spanacul (v. 403) şi se fierbe. Se lasă la o parte, la cald, o lingură de spanac, iar restul se aşază într-o formă de pământ rezistentă la foc, cu două linguri de unt. Se presară brânză rasă şi se pune puţină smântână. Separat se bat albuşurile, se adaugă sare şi se toarnă peste spanacul din formă. Se netezeşte albuşul cu dosul lingurii şi din loc în loc se fac găuri rotunde, cât să încapă un gălbenuş. La mijloc se face o gaură ceva mai mare, în care se aşază spanacul păstrat la cald. În fiecare gaură se pune câte un gălbenuş, cu grijă, să rămână întreg. Se dă la cuptor, la foc potrivit, până se prinde gălbenuşul. Se servesc în formă.

145. JUMĂRI MOLDOVENEŞTI (SCROB)

6 ouă, 1 lingură unt, 3 linguri lapte, sare.

Se topeşte untul într-o tigaie. Se bat ouăle într-un castron, se adaugă laptele şi sare cât trebuie. Se toarnă peste untul fierbinte şi se amestecă cu lingura la foc, până încep să se întărească.

146. JUMĂRI CU SLĂNINĂ

6 ouă, 50 g slănină afumată (sau şuncă), 1/2 lingură unt, 3 linguri lapte, sare.

În tigaia în care se vor face jumările se pun bucăţele mici de slănină şi se lasă să se prăjească la foc potrivit. Separat se bat ouăle cu laptele, se adaugă sare (dacă slănina nu este prea sărată), se toamă peste slănina rumenită şi se amestecă pe foc până încep să se întărească. La fel se pot pregăti jumări cu şuncă tăiată mărunt.

147. JUMĂRI CU BRÂNZĂ

6 ouă, 1 lingură unt, 3 linguri.smîntînă, 2 linguri brînză rasă, 3 felii de pîine tăiate cuburi, sare.

Se bat ouăle cu smântână şi sare. Se toarnă în tigaia în care s-a

înfierbântat untul. Se amestecă şi când încep să se prindă, se pune brânza rasă.

Se servesc cu garnitură de cuibuşoare de pâine prăjite în unt.

148. JUMĂRI CU CEAPĂ

6 ouă, 1 ceapă frumoasă, 1 lingură unt, 3 linguri lapte, sare.

Într-o tigaie se prăjeşte cu unt o ceapă tăiată în felii foarte subţiri, cu grijă, să nu se înnegrească. Deasupra se toarnă ouăle bătute cu lapte şi puţină sare. Se amestecă până sunt gata.

149. JUMĂRI CU PĂTLĂGELE VINETE ŞI ROŞII

4 roşii frumoase, 1 căţel de usturoi, 1 linguriţă zahăr, 6 ouă, 1 vânătă mijlocie, 1 lingură făină, 3 linguri lapte, 2 linguri unt, 1 lingură untură, sare.

Se curăţă de seminţe şi se scurg de apa lor câteva roşii mijlocii, bine coapte. Se pun într-o cratiţă cu unt, cu un căţel de usturoi sfărâmat, sare şi o bucăţică de zahăr. Se lasă să scadă la foc mic, o iumătate de oră. Se taie vânăta în felii subţiri de 1/2 cm, astfel încât să iasă 10 — 12 felii. Se fierb puţin în apă cu sare, şi se ţin sub teasc 20 de minute pentru ca apa din ele să se scurgă. Se dau apoi prin făină şi se prăjesc în untură. Trebuie pregătite în ultimul moment, altfel se moaie până sunt servite. Se face un scrob obişnuit din 6 ouă şi se aşază pe o farfurie de servit mai adâncă. La mijloc se face loc cu o lingură şi se toarnă sosul de roşii, iar de jur împrejur se pun vinetele prăjite.

150. ROŞII UMPLUTE CU JUMĂRI

6 ouă, 6 roşii frumoase, 2 linguri unt, 3 linguri lapte, 1 lingură brânză rasă, sare.

Se pregătesc roşiile la fel ca la ochiuri în tomate (v. 142). Separat se pregătesc jumările. Când roşiile încep să se moaie, se umplu fiecare cu jumări, iar pe deasupra se presară brânză rasă. Se dau o clipă la cuptor şi se servesc foarte fierbinţi.

151. OMLETĂ

6 ouă, 2 linguri lapte, sare, 1 lingură unt *sau* untură.

Tigaia pentru omletă trebuie să fie de fontă groasă. Dacă este subţire, omleta se arde înainte de a se coace. De asemenea trebuie să fie de mărime potrivită cu numărul ouălor, adică cu un diametru de 25 cm la marginea de sus, pentru şase ouă.

Se bat ouăle, se adaugă laptele sau o lingură de smântână, şi sare. Se pune tigaia cu o lingură de unt sau de untură la foc tare şi când s-a înfierbântat, se toarnă ouăle bătute. Când încep să se întărească, se introduce pe dedesubt un cuţit cu vârful lat, sau se mişcă iute tigaia, ca să nu se prindă omleta pe fund. Cu ajutorul cuţitului se împătureşte omleta în trei, după ce s-a pus garnitura dorită, şi se serveşte.

Garnitura la omletă poate fi de:

1. Piure de spanac sau foi de spanac întregi, opărite şi înăbuşite în unt.
2. Roşii înăbuşite în unt, după ce s-au scos seminţele.
3. Vârfuri de sparanghel fiert în apă, opărite cu unt.
4. Brânză, şuncă, etc.

152. OMLETA CU VERDEAŢĂ

Aceleaşi cantităţi ca pentru omleta simplă, se adaugă în plus 2 linguri de verdeaţă tocată.

După ce se bat ouăle şi se adaugă laptele şi sarea, se pune verdeaţa (frunze de pătunjel, mărar şi cozi de ceapă verde) tăiată foarte fin. Se coace ca şi omleta simplă.

153. OMLETĂ CU CIUPERCI

Aceleaşi cantităţi ca pentru omleta simplă, în plus 250 g ciuperci, 1 lingură de unt.

Se spală ciupercile şi se taie în felii foarte subţiri. Se înăbuşă în unt până ce se moaie şi scade zeama pe care o lasă. Se încinge untul în tigaie. Se toarnă ouăle bătute; când încep să se prindă, se pun ciupercile. Se coace.

154. OMLETĂ CU CARTOFI

500 g cartofi, 4 ouă, 1 lingură unt, sare, piper.

Se fierb cartofii cu coaja, se curăţă şi se zdrobesc fierbinţi cu furculiţa. Se amestecă cu gălbenuşul, se adaugă sare, piper şi la sfârşit albuşul bătut spumă. Se coace ca şi omleta obişnuită.

*** ALTĂ OMLETĂ CU CARTOFI**

500 g cartofi, 3 ouă, 1/2 lingură untură, sare, piper, 1 linguriţă mărar tocat.

Se curăţă cartofii şi se rad cruzi pe răzătoarea cu găuri mici. Se adaugă ouăle, sare, piper, mărar tocat. Se amestecă. Se pune tigaia cu untură pe foc bun şi când s-a încins, se toarnă compoziţia. Când s-a rumenit omleta pe o parte, se întoarce cu un cuţit şi se rumeneşte şi pe cealaltă parte. Se serveşte cu salată verde.

155. OMLETĂ CU CARTOFI PRĂJIŢI

Aceleaşi cantităţi ca pentru omleta simplă, în plus 300 g cartofi, 2 linguri untură.

Se curăţă cartofii, se taie subţiri şi se prăjesc în untură sau în ulei (v. 376). Când sunt rumeni, se toarnă deasupra ouăle bătute cu lapte şi puţină sare, ca pentru orice omletă.

156. OMLETĂ ECONOMICĂ

4 ouă, 2 linguri făină, 3/4 pahar lapte, drojdie cât o nucă, 1/2 lingură untură, sare, piper, verdeaţă.

Se moaie cu puţină apă o bucăţică de drojdie cât o nucă mică, se adaugă ouăle, făina, se amestecă cu laptele (sau cu apă). Se adaugă sare, piper şi puţină verdeaţă tocată. Se pune tigaia cu unt sau cu untură pe foc bun şi când s-a încins, se toarnă ouăle şi se acoperă cu un capac. Când s-a rumenit omleta pe o parte, se întoarce cu un cuţit şi se rumeneşte şi pe cealaltă parte.

157. OUĂ UMPLUTE ÎN COAJA LOR
6 ouă, 1 lingură smântână, 1 felie de pâine, sare, piper, 1 linguriţă mărar tocat.

Se fierb ouăle tari, după ce au fost bine spălate. Se lasă să se răcească. Se taie în lung, în două, cu un cuţit ascuţit, astfel încât să nu se sfărâme coaja. Se scot albuşul şi gălbenuşul pe un fund de lemn, iar cojile se lasă la o parte. Se toacă oul destul de mărunt fără să se zdrobească însă de tot. Se adaugă o lingură plină de caimac sau de smântână şi miezul de la o felie subţire de franzelă muiat în lapte. Se amestecă totul până nu se mai cunoaşte pâinea; se pune sare, piper şi mărar tăiat fin. Cu această pastă se umplu puţin bombat cojile de ou, se bat pe deasupra în pesmet fin şi se prăjesc în unt numai pe partea umplută. Se servesc calde.

158. OUĂ UMPLUTE CU BRÂNZĂ
6 ouă, 2 gălbenuşuri, 2 linguri brînză, 1 lingură smântână, 1 lingură unt, sare, piper.
Pentru sos: 1 ceaşcă smântână, 1 linguriţă făină, sare.

Se fierb ouăle tari. Se curăţă şi se taie în două în lungune. Se scot gălbenuşurile şi se freacă într-un castron cu două gălbenuşuri crude, puse pe rând. Se adaugă brânza rasă, o lingură de smântână, sare şi puţin piper. Se freacă bine până se face ca o smântână groasă. Cu această compoziţie se umplu albuşurile până în margini. Se presară cu brânză rasă şi se aşază pe o tavă unsă cu unt. Se dă la cuptor, la foc iute. Se face un sos dintr-o ceaşcă de smântână cu puţină făină şi sare. Se aşază ouăle pe farfuria de servit şi se toarnă sosul fierbinte împrejur.

159. CHIFTELE CA DE PIEPT DE PASĂRE
5 ouă, 1 ceapă, 1 felie pâine, 1 cartof, 1 lingură făină, sare, piper, verdeaţă, 2 linguri untură, 1 lingură pesmet.

Se toacă ceapa mărunt şi se prăjeşte în puţină untură. Se bat într-un castron patru ouă ca pentru omletă, se pune sare şi se toarnă peste ceapa prăjită. Se fac jumări şi când sunt gata se dau la o parte să se răcorească. Se trec apoi prin maşină, împreună cu o felie de pâine muiată în lapte şi stoarsă şi cu un cartof, de prefefrinţă fiert. Se amestecă bine, se mai adaugă un ou crud, o lingură de făină, sare, piper şi verdeaţă tocată. Se fac chiftele, se dau prin pesmet şi se prăjesc în untură. Se servesc cu salată verde.

160. OUĂ RĂSCOAPTE PORTUGHEZE

6 ouă, 500 g roşii, 1 lingură unt, 1 lingură brânză rasă, sare.

Se fierb ouăle tari, se curăţă de coajă şi se taie felii. Separat se spală câteva roşii nu prea coapte, se scot seminţele şi se taie felii. O parte din aceste roşii se aşază pe fundul unei farfurii rezistente la foc, bine unsă cu unt. Se presară puţină sare. Deasupra se aşază feliile de ouă, apoi un rând de roşii. Se sărează, se pune unt topit, se presară brânză rasă şi se dau la cuptor la foc potrivit.

161. OUĂ PRĂJITE ÎN ALUAT

6 ouă, 1 albuş, 100 g făină, 1 păhărel apă caldă, drojdie cât o alună, sare, 200 g ulei pentru prăjit.

Se fierb ouăle tari, se curăţă de coajă şi se taie în două în lungime. Din timp se pregăteşte astfel aluatul în care vor fi prăjite ouăle: se cerne făina într-un castron, se face loc la mijloc, se pune o linguriţă de ulei, un vârf de cuţit de sare şi un păhărel de vin cu apă căldicică în care s-a muiat drojdla. Se amestecă cu furculiţa până se obţine un aluat fără cocoloşi, subţire ca o smântână (cantltatea de apă depinde de calitatea făinii). Se acoperă cu o farfurie şi se lasă să dospească la loc cald 2 — 3 ore. Cu puţin înainte de întrebuinţare, se adaugă un albuş bătut spumă; în această pastă se pun pe rând jumătăţile de ou, căutând să fie acoperite cu aluat, se scot şi se prăjesc într-o cratiţă cu ulei, sau cu ulei amestecat cu untură, bine încins. Se scot pe farfurie şi se servesc cu salată verde. Uleiul rămas de la prăjit se întrebuinţează la alte mâncări.

RACI, MELCI, MIDII

162. RACI FIERŢI

18 raci, apă cât să-i cuprindă, sare, câţiva căţei de usturoi, o frunză de dafin, puţine condimente.

Se controlează ca toţi racii care trebuie pregătiţi să fie vii. Se fierbe atâta apă într-o oală cât să acopere racii, nu mai mult. La patru litri de apă se pune o lingură plină de sare; în orice caz, apa se gustă deoarece ea trebuie să fie mai sărată decât se cere la gust. Se pun câţiva căţei de usturoi şi, după gust, puţine condimente, adică o frunză de dafin şi un fir de pătrunjel, iar cine doreşte, zarzavat de supă şi ceapă. Se fierb la foc iute. Când zeama clocoteşte, se aruncă înăuntru racii, bine spălaţi în mai multe ape şi scurşi, şi câteva boabe de piper. Se ţin pe foc încă cinci minute, nu mai mult, socotite din momentul când au dat în clocot. Se lasă să se răcească în apa lor. Se aşază frumos pe o farfurie, se pun împrejur frunze de pătrunjel. Cine doreşte, poate să scoată maţul din gâturi când racii sunt încă vii, înainte de a-i fierbe.

163. PILAF DE RACI

18 raci mijlocii, 3 l apă, 1 lingură sare, 3 căţei de usturoi, 6 linguri ulei, 1 ceaşcă mare de orez.

Se fierb racii în apă cu sare. După dorinţă se poate adăuga în apă zarzavat de supă şi ceapă. Când s-au răcorit, se curăţă de coajă, se scoate maţul din gâturi, iar acestea împreună cu labele sunt puse la o parte. De asemenea se pot lăsa la o parte câteva carapace care se umplu la sfârşit cu orez şi servesc drept garnitură. Se îndepărtează stomacul şi cele două pietre albe, când există, iar restul de coji se pisează bine în piuliţa de piatră. Se încing într-o cratiţă trei linguri de ulei, se pun cojile pisate şi când încep să se rumenească, se sting cu patru ceşti de zeamă în care au fiert racii. Se lasă să fiarbă bine. Se strecoară zeama printr-o sită fină. Separat se încing trei linguri de ulei, se pune orezul ales şi spălat şi când începe să se rumenească, se adaugă două ceşti de zeamă în care au fiert cojile de raci. Se dă orezul la cuptor 20 — 30 minute şi nu se mai umblă cu lingura. Când este gata, se dă la o parte şi se amestecă cu labele şi cu o parte din gâturi. Se adaugă un praf de piper. Se aşază într-o formă de tablă, păstrând câteva linguri cu care se umplu carapacele. Se răstoarnă din formă pe farfurie şi se pun împrejur gâturile rămage şi carapacele umplute cu orez.

164. SCORDOLEA DE RACI

18 raci mijlocii, 50 nuci, 1 felie de pâine, câţiva căţei de usturoi, 100 g ulei, 1 lingură oţet, sare.

Se fierb racii. Se curăţă nucile de coajă şi se pisează bine într-o piuliţă de piatră. Se adaugă o bucată de miez de pâine albă, muiat în apa în care au fiert racii şi bine stors, după gust, puţin usturoi pisat. Se freacă bine într-un castron, punând câte puţin ulei, până se face ca o cremă untoasă. Se adaugă sare şi oţet sau zeamă de lămiie. Se aşază pe farfurie şi se pun împrejur raci fierţi sau numai gâturile şi labele curăţite.

165. MIDII FIERTE

2 kg midii, 1 pahar de vin, 1 ceapă, 1 frunză de pătrunjel, cimbru, dafin, 2 căţei de usturoi, sare, piper.

Ca şi la raci, o primă condiţie la pregătirea midiilor este ca ele să fie cât se poate de proaspete. Fie că sunt servite cu scoica, fie fără scoică, trebuie mai întâi foarte bine spălate, chiar rase cu cuţitul, ca să nu mai rămână urmă de nisip. Nu se ţin prea mult în apă, ci se spală pe rând una câte una. Scoicile trebuie să fie bine închise. Când sunt întredeschise, se introduce foarte puţin vârful unui cuţit. Dacă se închid imediat, înseamnă că sunt vii, dacă nu se închid, înseamnă că sunt moarte şi trebuie aruncate. După ce sunt bine spălate, se pun într-o cratiţă încăpătoare, nu prea multe odată, pentru a fi cuprinse uniform de căldură. Când sunt vii, mdiile se deschid imediat la fiert. Se adaugă ceapa tăiată felii, mirodeniile, sarea, piperul şi un pahar de vin alb sau de apă. Se acoperă cratiţa şi se fierb la foc iute. Din când

în când se saltă cratiţa, astfel încât să vină toate în contact cu focul. După 10 — 15 minute, toate midiile trebuie să fie deschise, deci gata. Se scot pe rând, se îndepărtează jumătatea de scoică de care nu este prinsă carnea, se pun într-un castron. Se scurge deasupra zeama din cratiţă, dar încet, pentru ca nisipul care s-a mai desprins de pe midii la fiert să rămână la fund. Se servesc calde cu zeamă de lămâie.

166. MIDII PESCĂREŞTI

Aceleaşi cantităţi ca mai sus, în plus 50 g unt proaspăt, 2 linguri pesmet, 1 lingură pătrunjel verde tocat, 1 linguriţă zeamă de lămâie.

Se fierb midiile ca mai sus. Se scoate cu totul carnea din scoică, se ţine la cald, dar nu direct pe maşină. Se scurge zeama în alt vas, Se spală cratiţa, se pune un pahar nu prea plin de vin alb şi o ceapă mică tăiată foarte mărunt. Se lasă să scadă la foc iute. Se adaugă zeama în care au fiert midiile şi se lasă să dea 2 — 3 clocote. Se trage pe marginea maşinii, se adaugă untul tăiat în bucăţele mici ca să se topească repede şi pesmetul turnat în ploaie, ca să nu facă cocoloşi, apoi pătrunjelul şi zeama de lămâie. Se pun midiile în sos şi se lasă pe foc, dar fără să fiarbă. Se servesc fierbinţi.

167. PILAF DE MIDII

Aceleaşi cantităţi ca la “Midii fierte”, în plus 1 ceaşcă cu orez, 2 linguri unt sau ulei, 1 ceapă mică, 1 linguriţă bulion, sare, piper.

Se fierb midiile cu puţină apă şi se scoate carnea dinăuntru. Se prăjesc uşor în unt sau în ulei o ceapă mică, tăiată mărunt, şi o ceaşcă de orez ales, spălat şi apoi bine uscat. Se sting cu două ceşti din zeama în care au fiert midiile, la care se adaugă, dacă este necesar, zeamă de carne sau apă. Se pune bulionul de roşii, sarea şi piperul. Se dă la cuptor. Când orezul este aproape gata, se pun midiile. Se răstoarnă şi se serveşte fierbinte.

168. MIDII PRĂJITE

Aceleaşi cantităţi ca la “Midii fierte”, în plus 1 ou, 2 linguri făină, 2 linguri lapte, sare, piper, 100 g untură sau ulei.

Se fierb midiile după cum s-a arătat mai sus şi se scot din scoică. Din ou, lapte, făină, sare şi piper se face un aluat gros ca o smântână. Se iau midiile cu o furculiţă, se moaie în aluat şi se pun la prăjit în untură sau în unt fierbinte. Se servesc cu zeamă de lămâie.

169. MELCI FIERŢI

3 duzini de melci, 1 pahar oţet, 1 lingură sare, 1 pahar cu vin, 1 ceapă, 1 morcov, 3 căţei de usturoi, cimbru, dafin, sare, 10 boabe piper.

Melcii sunt mai gustoşi începând din octombrie până în martie,

când se închid pentru iarnă cu o pojghiţă ca un capac, formată din sucurile lor întărite. Se pot mânca şi în lunile de vară; în acest caz trebuie ţinuţi însă 15 zile într-un paner închis sau într-o cutie, într-un loc răcoros, ca să elimine toată murdăria din intestine, deoarece aceasta strică gustul mâncării. Se spală melcii bine în mai multe ape. Dacă au capac acesta se desprinde uşor cu vârful unui cuţit ascuţit. Se pun într-un vas încăpător şi peste ei se toamă un pahar de oţet şi o lingură de sare de bucătărie. Se amestecă uşor şi se ţin astfel două ore, pentru ca sucurile să se dizolve. Se scurg şi se spală în mai multe ape. Se fierb apoi cu 1/2 litru de apă rece, un pahar de vin, ceapă şi morcovul tăiate felii, mirodenii, sare şi piper. Când încep să fiarbă, se ia spuma de 2 — 3 ori. Se acoperă şi se lasă să fiarbă în clocote mici trei ore. Se scot din scoică şi se servesc calzi, cu lămâie.

170. MELCI PRĂJIŢI ÎN ALUAT

Aceleaşi cantităţi ca mai sus, în plus 1 ou, 2 linguri făină, 2 linguri de lapte, 1 linguriţă ulei, 1 lingură arpagic tocat, 100 g untură sau ulei.

Se fierb melcii şi se scot din scoică. Cu două ore înainte se face un aluat ca de clătite, din făină, lapte, o linguriţă de ulei, un gălbenuş şi sare. Înainte de a se pune la prăjit se adaugă albuşul bătut spumă şi arpagicul tăiat fin. Cu un sfert de oră înainte de a servi, se iau câte 8 — 10 melci odată, se moaie în aluat, se întorc cu o furculiţă pentru a se acoperi complet şi se introduc în untură încinsă. Se repetă operaţia de 2 — 3 ori până se prăjesc toţi melcii. Trebuie să se procedeze repede, pentru ca primii melci sâ nu stea prea mult la o parte, până sunt ultimii gata. Se servesc fierbinţi, cu o garnitură de pătrunjel puţin prăjit in untură.

PEŞTE

171. CRAP RASOL

1 crap cam de 1,5 kg, ceapă, zarzavat de supă, 1 păhărel de oţet, 2 l apă, 1 frunză de dafin, sare, 5 boabe piper.

Se curăţă peştele de solzi şi se scoate cu grijă osul amar de la cap, care amăreşte peştele la fiert. Se curăţă înăuntru şi se spală. În vasul special de fiert peştele, se fierb un morcov tăiat felii, o ceapă, o rădăcină subţire de pătrunjel, câteva felii de cartofi, o frunză de dafin, sare şi câteva boabe de piper. Peştele capătă un gust deosebit dacă se adaugă la fiert oţet sau vin alb. Înainte de a pune peştele la fiert, se opăreşte cu 4 — 5 linguri de oţet, ca să păstreze culoarea albăstruie a pieliţei. Acest oţet se poate adăuga apoi la fiert. După ce a fiert zarzavatul, se trage cratiţa la o parte, se aşază peştele pe grătarul vasului şi se lasă în apă. În momentul când se pune peştele la fiert, apa nu trebuie să mai fiarbă, deoarece dacă peştele este cuprins brusc de o căldură prea mare, pielea se strânge şi carnea se desface.

Numai atunci când există o îndoială asupra prospeţimei peştelui, acesta se pune la fiert direct în apă clocotită. Timpul cât se ţine peştele la fiert depinde de mărimea lui. Se cunoaşte dacă este gata atunci când, trăgând de o aripioară, se desprinde uşor. Peştele rasol servit rece se lasă să se răcească în apă. Se scoate apoi cu grătarul, se aşază cu grijă pe o farfurie lungă, ca să nu se sfărâme, şi se garniseşte împrejur cu zarzavatul fiert şi cu frunze verzi de pătrunjel sau cu felii de lămâie. Se serveşte cu maioneză (v. 47). Se poate servi şi cald cu unt.

172. PIFTIE DE CRAP
1 kg peşte, 1/2 l apă, sare, 3 căţei de usturoi.

Se curăţă peştele ca pentru rasol. Se taie bucăţi potrivite şi se pun împreună cu capul într-o cratiţă cu atâta apă, cât să le cuprindă. Se fierb la foc potrivit. Se ia spuma şi se adaugă puţină sare. Se ţin până ce zeama a scăzut destul, astfel încât, luând o picătură între degete, să se simtă cleioase. Dacă peştele este fiert, iar zeama nu este destul de concentrată, se scoate peştele şi se lasă să scadă zeama cât trebuie. La nevoie se poate adăuga o foaie de gelatină. Se aşază peştele într-o farfurie adâncă sau într-un castron şi deasupra se strecoară zeama. După gust se poate adaugă puţin usturoi pisat în zeama răcorită, înainte de a fi strecurată în castron. Se ţine câteva ore la rece pentru ca să se închege.

173. BURTĂ DE CRAP ÎN SARAMURĂ
1 crap de 1 kg, 1 linguriţă ulei, 1 linguriţă boia, sare.

Se alege un crap mai mare, se curăţă şi se taie capul şi coada. Se despică peştele în două, în lungime, se scot înotătoarele, şira spinării şi oasele rnai mari. Se ung jumătăţile de crap cu ulei şi se frig la grătar, întâi pe o parte, apoi pe cealaltă. Între timp se fierbe apă cu sare şi cu puţină boia de ardei. Se aşază peştele în farfurie, se toarnă saramura deasupra şi se serveşte rece, cu mămăligă. Capul şi coada se fierb în ciorbă sau în piftii.

174. MÂNCARE DE CRAP
1 crap de 1 kg, 1 lingură unt sau ulei, 20 fire arpagic, 1/2 lingură făină, 2 pahare vin roşu, pătrunjel verde, dafin, 2 căţei de usturoi, un praf de piper, sare.

Se curăţă crapul, se taie în bucăţi de mărime potrivită şi se lasă cu sare până ce se pregăteşte sosul. Se pune la foc într-o cratiţă o lingură de unt sau ulei cu arpagicul curăţit şi opărit. Când arpagicul începe să se îngălbenească, se pune făina. Se amestecă pe foc 5 minute. Se adaugă, vinul, pătrunjelul verde, frunza de dafin şi usturoiul pisat mărunt. Pentru ca mirosul de usturoi să nu fie tare (după gust), acesta se pune nesfărâmat şi se scoate înainte de a, servi. Se lasă să fiarbă acoperit un sfert de oră. Se pune peştele cu un praf de piper, se lasă să fiarbă înăbuşit pînă este gata. Se serveşte cald.

Aceeaşi mâncare se poate face din peşte amestecat, de exemplu: lin, ştiucă, ţipar.

175. GHIVECI DE CRAP

1 crap de 1 kg, 3 linguri ulei, 1 ceapă, 1 morcov, 1 pătrunjel, ţelină, 2 linguri bulion sau 4 roşii, o mână de mazăre, o mână de fasole verde, 5 boabe de piper, sare.

Se curăţă peştele, se taie în bucăţi, se dă sare şi se lasă să stea până se pregăteşte zarzavatul. Se prăjeşte în ulei ceapa tăiată felii; când este îngălbenită se adaugă un morcov, un pătrunjel şi ţelină, tăiate felii; când acestea încep să se moaie, se adaugă bulionul subţiat cu apă sau roşiile, mazărea, fasolea verde tăiată în bucăţi, câteva boabe de piper. Când sunt aproape fierte, se pun două linguri de ulei şi peştele şi se lasă să fiarbă înăbuşit la cuptor. Mâncarea trebuie să fie scăzută; dacă se observă însă că scade prea tare şi peştele nu este încă gata, se mai adaugă puţină apă. Se serveşte rece.

176. PLACHIE DE CRAP

1 crap de 1 kg, 3 linguri de ulei, 3 cepe mijlocii, 1 pahar vin roşu, 1 lingură bulion, 6 felii de lămâie, 2 foi de dafin, 5 boabe de piper, sare.

Se pregăteşte peştele la fel ca pentru prăjit (v. 178). Se prăjesc în ulei cepele tăiate felii. Se sting cu vinul roşu, la care se adaugă bulionul, lămâia, foile de dafin şi piperul. Se pun atât peştele, cât şi uleiul în care a fost prăjit, trecut printr-o sită. Se dă la cuptor să fiarbă înăbuşit, până scade cât trebuie. Se serveşte rece. Plachia se poate pregăti şi cu peştele neprăjit.

177. CRAP LA CUPTOR

1 crap de 1,5 kg, 3 linguri ulei, 1 pahar vin alb, 3 cepe, 2 căţei de usturoi, 2 foi de dafin, 5 boabe de piper, 1 lingură bulion de roşii, sare.

Se curăţă crapul, se sărează pe afară şi înăuntru şi se lasă să stea cel puţin un sfert de oră. Se aşază într-o cratiţă lungă în care să încapă bine. Se pune ceapa tăiată fetii subţiri, usturoiul, vinul, uleiul, foile de dafin, piperul, bulionul de roşii şi sarea. Se unge bine crapul cu ulei, se dă la cuptor, se ţine o oră şi jumătate. Se unge din când în când cu sosul din cratiţă. Dacă scade prea mult înainte de a fi peştele gata, se mai pune puţină apă. Înainte de a servi, se scoate usturoiul.

178. CRAP PRĂJIT

1 crap de 1 kg, 100 g ulei, 2 linguri făină, sare, pătrunjel verde.

Se curăţă peştele, se taie în bucăţi de mărime potrivită şi se sărează. Se pune uleiul să se înfierbânte. Se usucă peştele cu o cârpă, se dă prin făină şi se prăjeşte pe ambele părţi în uleiul fierbinte. Se serveşte cald, este bun însă şi rece. Se aşază pe o farfurie lungă, iar împrejur se pun frunze de pătrunjel. Se poate

prăji şi în pesmet; în acest caz se dă prin făină, se moaie în ou şi în pesmet înainte de a se prăji.

179. BIBAN ÎN SARAMURĂ

1,500 kg biban, 2 linguri sare, 1 linguriţă de boia, 1 pahar apă.

Bibanul se curăţă mai greu de solzi. De aceea întâi se frige şi apoi se rad solzii. Se curăţă peştii înăuntru şi se spală, se usucă şi se pun să se frigă direct pe plita încinsă şi bine presărată cu sare. Se întorc pe o parte şi pe cealaltă, încet ca să nu se sfărâme. Pe măsură ce sunt gata, se pun pe un fund şi uşor, cu un cuţit, se curăţă solzii şi negreala rămasă de la fript. Se aşază într-o farfurie adâncă sau într-un castron, se toarnă apă fiartă şi sărată în care se pune şi un ardei mic, iute sau puţină boia de ardei. Se serveşte rece cu mămăligă. Cine ţine să-i cureţe întâi de solzi, poate să încerce cu răzătoarea de legume.

180. GUVIZI PRĂJIŢI

1,500 kg guzivi, 100g ulei, 2 linguri făină, sare, pătrunjel verde.

Se curăţă guvizii, se sărează şi se lasă să stea o jumătate de oră. Se usucă cu o cârpă curată, se dau în făină şi se prăjesc în ulei fierbinte. Se aşază pe farfurie, cu frunze de pătrunjel. Se servesc cu lămâie.

181. ŞALĂU RASOL

Se folosesc aceleaşi cantităti ca la crapul rasol (v. 171).

Se pregăteşte la fel ca şi crapul.

182. ŞALĂU CU MAIONEZĂ

Se fierbe şalăul. Se scurge bine de apă, se scot cu grijă toate oasele. Carnea se desface mai uşor când peştele este cald. Se scoate carnea cât mai întreagă. Se aşază pe o farfurie lungă de forma peştelui, se toarnă deasupra un sos de maioneză (v. 47). Se pun împrejur, după gust şi după posibilitate, foi de salată verde, aspic, gâturi de raci, feliuţe de castraveţi în oţet etc.

183. FILEU DE ŞALAU PANE

1 şalău de 1 kg, 2 ouă, 2 linguri făiuă, 3 linguri de pesmet, sare, 100 g ulei.

Se curăţă un şalău mijlociu. Se taie capul şi coada. Se desface exact în două, în lungirne. Se curăţă de piele, se scoate şira spinării şi se observă să nu mai rămînă oase. Se sărează şi se lasă să stea o jumătate de oră. Se dă prin făină, apoi prin ou şi prin pesmet şi se prăjeşte în ulei fierbinte. Se serveşte cu maioneză sau cu lămâie.

184.ŞTIUCĂ UMPLUTA FIARTĂ

O ştiucă de 1 kg, o felie de pâine, 1 lingură de lapte, 1/2 ceaşcă ulei, 2 ouă, foi de pătrunjel, sare, piper. 1 morcov, 1 ceapă, 4 cartofi mijlocii, 2 l apă.

Se curăţă ştiuca. Se scoate pielea cu atenţie ca să rămână întreagă. Cine este îndemânatic face o simplă tăietură pe burtă, apoi cu ajutorul unui cuţit mic şi nu prea tăios, începe să desfacă pielea, astfel încât la sfârşit pielea rămâne prinsă numai de cap. Se poate însă tăia de la început capul, apoi se desprinde pielea la gât şi se scoate de pe peşte ca o mănuşă întoarsă pe dos. Se spală, se freacă cu puţină sare şi se lasă la o parte. Se desface carnea de pe oase, se trece prin maşina de tocat, împreună cu miezul de la o felie de pâine muiat în lapte şi stors. Se freacă totul bine cu ulei, se adaugă ouăle, pătrunjel tocat, piper şi puţină sare. Se umple pielea de ştiucă bine stoarsă de apă. Se dă forma peştelui, se coase pe unde s-a umplut şi se aşază la loc. Se pune într-o cratiţă lungă la fiert, cu apă şi sare, zavat şi cartofi şi toate oasele care s-au scos din peşte. Se lasă să fiarbă. Se aşază în farfurie şi se toarnă deasupra puţină zeamă strecurată. Împrejur se pun cartofii şi morcovii fierţi. Se serveşte rece, cu lămâie, sau caldă cu unt sau cu sos de roşii (v. 63).

185. ŞTIUCĂ UMPLUTĂ LA CUPTOR

Aceleaşi cantităţi ca mai sus, în plus 2 linguri de unt.

Se pregăteşte peştele şi umplutura la fel ca mai sus. După ce se umple, se pune untul într-o cratiţă lungă, se aşază peştele şi se dă la cuptor. Se unge din când în când cu untul din cratiţă. Se serveşte caldă, cu lămâie.

186. PLĂTICĂ LA CUPTOR

1,500 kg plătică, 3 linguri ulei, 2 linguri oţet, sare, piper, 1 lingură pătrunjel verde tocat.

Se curăţă peştele, se spală şi se dă sare. Se lasă să stea cu sare o jumătate de oră. Se pun câteva linguri de ulei într-o tavă, se aşază peştele şi se dă la cuptor, la foc mijlociu. Se ţine aproximativ o oră. Din când în când se unge cu uleiul din tavă. Când este gata, se aşază peştele pe o farfurie. Se toarnă oţetul în tavă, se amestecă cu sosul rămas, se pune pătrunjel tocat şi se potriveşte de sare şi piper. Se toarnă peste peştele din farfurie şi se serveşte după ce s-a mai răcorit.

187. MÂNCARE DE LIN

1,500 kg lin, 100 g unt topit, 1 lingură făină, 1 mână de ciuperci, 1 ceapă, sare, piper, 1 paliar de vin, 1 gălbenuş.

Se curăţă de solzi câţiva peşti mai mici, se taie capetele, se despică în două în lungime şi se scoate şira spinării. Se spală în mai multe ape şi se ţin un ceas cu sare. Se usucă, se dau prin făină şi se prăjesc puţin în unt înfierbântat. Se înăbuşă separat în unt câteva ciuperci şi ceapa tăiată felii. Se amestecă pentru ca să nu se ardă. Se pun în cratiţa cu peşte, se adaugă sare, piper, vinul amestecat cu apă. Se dă la cuptor să fiarbă până când peştele este gata. Se bate sosul cu un gălbenuş.

188. IAHNIE DE LIN

1,500 kg lin, 100 g ulei, 1 lingură făină, 4 cepe mijlocii, 2 linguri bulion, sare.

Se pregăteşte peştele după cum am arătat mai sus. Se dă prin făină şi se prăjeşte în ulei. Separat tot în ulei, se prăjeşte ceapa tăiată felii subţiri, peste care se toarnă bulionul subţiat cu o ceaşcă de apă. Se aşază peştele în cratiţă împreună cu sosul de ceapă. Se dă la cuptor şi se lasă să fiarbă înăbuşit o jumătate de oră. Se potriveşte de sare. Se serveşte după ce s-a mai răcit.

189. SCRUMBII RASOL

Se curăţă şi se fierb la fel ca şi crapul. Se servesc calde cu lămâie.

190. SCRUMBII LA TIGAIE

1,500 kg scrumbii, 1 lingură ulei, 1/2 lămâie, frunze de pătrunjel.

Se curăţă scrumbiile, se taie în două în lung şi se sărează. Se încinge bine tigaia pe foc, fără unt şi fără ulei, deoarece scrumbiile fiind grase, lasă singure grăsime. Se usucă bine într-o cârpă curată, se ung cu puţin ulei, se pun apoi în tigaia încinsă şi se prăjesc pe amîndouă părţile. Se aşază pe o farfurie lungă, cu garnitură de felii de lămâie şi frunze de pătrunjel. Se servesc cu lămâie.

191. CALCAN FIERT

1,500 kg calcan, 21 apă, sare, 6 cartofi mijlocii, 50 g unt proaspăt.

De obicei calcanul nu se serveşte întreg. Când este de mărime potrivită, se curăţă înăuntru, se taie cu un foarfece mare coada şi înotătoarele de jur împrejur şi se spală bine în mai multe ape. Se face o tăietură în lung pe partea unde pielea este neagră, aproape de şira spinării, astfel încât la fiert peştele să fie pătruns la fel de căldură. Se aşază peştele în vasul special de fiert peşte cu partea albă în sus, cu apă rece şi puţină sare. Se pune la foc mare până începe să fiarbă. Se trage apoi pe marginea maşinii şi se lasă să fiarbă în clocote mici. Se încearcă cu un chibrit. Când lemnul intră uşor în partea cea mai groasă, peştele este fiert. Se curăţă de piele, se aşază pe farfurie şi se serveşte cu cartofi fierţi şi cu unt.

Peştele tăiat din bucată se fierbe în acelaşi fel. Foarte gustos este ficatul de calcan. Se poate pregăti fiert sau prăjit, ca şi peştele.

192 CALCAN PRĂJIT

Se curăţă, se taie bucăţi potrivite şi se pregăteşte îa fel ca şi crapul (v. 178).

193. CALCAN PRĂJIT ÎN UNT

1,500 kg calcan, 3 linguri lapte, 100 g unt topit, 2 linguri făină, 50 g unt proaspăt, 1/2 lămâie, frunze de pătrunjel.

Se curăţă calcanul şi se taie în bucăţi potrivite, care se ţin un sfert de oră într-un castron cu puţin lapte. Se încinge unt într-o tigaie. Se scurg bucăţile din lapte, se dau prin făină şi se prăjesc în unt. Se aşază pe farfurie, iar deasupra se toarnă unt proaspăt topit şi puţină zeamă de lămîie. Se presară pătrunjel verde, tocat. Se serveşte foarte fierbinte, cu cartofi fierţi, aşezaţi împrejur.

194. CALCAN LA CUPTOR

1,500 kg calcan, 3 linguri unt, 1/2 lingură făină, 200 g smântână, sare, piper.

Se curăţă un calcan de mărime potrivită şi se pregăteşte ca pentru fiert. Se unge cu unt o farfurie rezistentă la foc. Se sărează calcanul cât trebuie, se aşază în farfurie cu partea albă în sus. Se stropeşte bine cu unt. Se acoperă cu un capac sau, dacă lipseşte, cu o coală de hârtie albă mai tare, de mărimea farfuriei. Se dă la cuptor la foc mijlociu, se ţine aproximativ o oră. Se unge din timp în timp cu untul din farfurie. Se încearcă cu un chibrit, ca şi calcanul fiert, şi când este gata, se scoate din cuptor şi se curăţă de piele.

Separat se încălzeşte o jumătate lingură de unt. Când este fierbinte se pune tot atîta făină şi se amestecă fără a lăsa să se îngălbenească. Se adaugă smântâna, turnată câte o linguriţă, şi se amestecă mereu. Se adaugă sare şi piper. Se ţine la cald, într-un vas cu apă fierbinte. Cu 10 minute înainte de a servi, se toarnă sosul în farfurie peste calcan. Se serveşte foarte fierbinte.

195. MARINATĂ DE PEŞTE

1,500 kg peşte, 100 g ulei, 2 linguri făină, 2 linguri oţet, 2 linguri bulion, 2 foi de dafin, 10 boabe piper, sare.

Se pregăteşte peştele la fel ca la cel prăjit în ulei. Se lasă să se răcească. În tigaia în care s-a prăjit peştele, se mai adaugă ulei şi când este fierbinte, se pune un vârf de lingură de făină, care se stinge cu oţet de vin îndoit cu apă. Se adaugă bulionul de roşii, foile de dafin, piperul. Pentru 1 kg de peşte sunt necesare două ceşti de sos. Se potriveşte gustul sărat şi acru. Marinata se poate face din crap, nisetru, morun etc.

196. ZACUSCĂ DE PEŞTE

1,500 kg peşte, 100 g ulei, 2 linguri făină, 1 castravete mic în oţet, 1 morcov, 1 pătrunjel, 500 g roşii, 1 ceapă, 2 foi de dafin, 10 boabe piper, sare.

Se curăţă peştele, se spală şi se taie felii. Se dă sare. Se usucă într-o cârpă, se tăvăleşte prin făină şi se prăjeşte în ulei încins. Separat se fierb cu puţină apă un castravete murat în oţet, un morcov şi un pătrunjel, toate tăiate felii. Între timp se fierb roşiile şi se trec prin sită; se amestecă cu zarzavatul şi cu castravetele fiert, se adaugă

puţină ceapă prăjită şi se potriveşte de sare. După câteva clocote, se adaugă peştele prăjit, frunza de dafin şi boabele de piper. Se dă la o parte, se serveşte rece.

Zacusca de peşte se poate păstra mai multă vreme. În acest caz, peştele nu se dă prin făină înainte de a fi prajit. Zacusca răcorită se aşază în borcane, se acoperă cu hârtie pergament, se leagă şi se fierbe o jumătate de oră într-un vas cu apă.

197. PEŞTE LA CUPTOR

1,500 kg peşte, 1 lingură făină, 1 lingură unt, 2 ceşti zeamă, 2 linguri brânză rasă, sare.

Se întrebuinţează orice fel de peşte fiert, căruia i s-au scos cu atenţie oasele şi pieliţa. Dacă peştele a rămas de la masă şi s-a răcit în farfurie, se pune în apa în care a fiert şi se ţine pe marginea maşinii până se încălzeşte. Se scurge bine de apă şi cât este încă fierbinte se curăţă de oase şi de piele.

Se face un sos alb cu o lingură de făină, una de unt şi zeama în care a fiert peştele. Se adaugă în sos două linguri de brânză rasă. Se aşază peştele într-o formă rezistentă la foc, se toarnă deasupra sosul, se presară cu brânză rasă şi puţin unt proaspăt. Se dă la cuptor, la foc iute. Este gata îndată ce prinde culoare.

198. PEŞTE LA CUPTOR CU MACAROANE

500 g peşte, 300 g macaroane, 1/2 lingură făină, 1 lingură unt, 2 ceşti lapte, 1 lingură brânză rasă, unt proaspăt cât o nucă.

Se întrebuinţează resturi de orice peşte fiert, căruia i s-au scos oasele şi pielea.Se fierb macaroanele în apă cu sare. Se face un râmtaş din făină şi unt. Se stinge cu lapte sau cu zeama în care a fiert peştele. Se lasă câteva minute să fiarbă.

Într-o farfurie rezistentă la foc se pun câteva linguriţe de sos. Se aşază apoi bucăţile de peşte şi din nou câteva linguriţe de sos. Deasupra se întind macaroanele bine scurse, se toarnă restul de sos şi se presară brânza rasă şi câteva, bucăţele de unt. Se dă la cuptor. Este gata când s-a rumenit deasupra.

199. PEŞTE LA CUPTOR CU CIUPERCI

1 kg peşte, zarzavat de supă, 500 g ciupercî, 2 linguri unt, 1 lingură făină, 1 ceaşcă smântână sau lapte, 100 g brânză rasă.

Se fierbe în apă cu sare şi zarzavat, morun, nisetru sau păstrugă. După ce s-a răcorit, se taie bucăţi mici. Se curăţă ciupercile, se taie felii nu prea subţiri şi se înăbuşă cu o lingură de unt şi sare. Se face un râmtaş dintr-o lingură de unt şi o lingură de făină, şi se stinge cu o ceaşcă de smântână sau cu lapte. Separat se pregăteşte brânza rasă (sau caşcaval). Se unge o formă rezistentă la foc cu unt. Se aşază alternând, rânduri de peşte, ciuperci, sos, brânză. Ultimul rând trebuie să fie de sos; se presară brânza, se dă la cuptor să se rumenească.

200. CHIFTELE DE PEŞTE

250 g peşte fără oase, 2 chifle, 2 ouă, 2 linguri brânză rasă, sare, piper, 2 linguri făină, 100 g untură sau ulei.

Se fac din orice rest de peşte fiert, morun, păstrugă, şalău sau ştiucă. Se scot cu grijă toate oasele şi pielea şi se toacă peştele mărunt. Se adaugă chiflele muiate în apă şi bine stoarse, ouăle, brânza rasă, sarea, piperul. Se amestecă totul bine împreună. Se fac chiftele rotunde care se dau prin făină şi se prăjesc în untură sau în ulei tierbmte. Se servesc cu sos de roşii (v. 63).

TOCĂTURI

*** PÂRJOALE MOLDOVENEŞTI**

750 g carne macră, 1 ceapă miilocie, o felie de pîine, 1 morcov, 1 cartof, 1 ou (sau o ligură de făină), sare, piper, verdeaţă tocată, 2 Iinguri pesmet, 100 g untură.

Pârjoalele se pot face din carne de vacă, de porc şi de miel. Se dă prin maşina de tocat carne macră mai grăsuţă. În cazul când carnea nu este de loc grasă, se adaugă, când se toacă prin maştnă, o lingură bună de jumări rămase de la topitul unturii. Odată cu carnea, se dă prin maşină şî o ceapă tocată, prăjită în puţină untură, iar la sfîrşit miezul de la o felie de pâine groasă cât două degete, muiată în apă şi stoarsă. Este bine ca tocătura să fie dată încă o dată prin maşină. Pentru ca pârjoalele să fie mai fragede şi mai pufoase, se pot adăuga un morcov şi un cartof, curăţiţi şi daţi prin maşină odată cu carnea. Se adaugă un ou care poate fi înlocuit la nevoie cu o lingură de făină, apoi sare, un praf de piper, puţin pătrunjel sau mărar tocat fin. Se amestecă cu o lingură de lemn. Separat, pe un fund, se pregăteşte pesmetul. Se ia cu Iingura din tocătură, se fac cu mâna perişoare rotunde, care se tăvălesc în pesmet şi, se turtesc pe fund cu cuţitul, pentru a căpăta forma dorită, lunguiaţă sau rotundă. Se pune untura într-o tigaie la foc şi când este bine încinsă, se prăjesc pârjoalele pe ambele părţi.

202. PERIŞOARE CU SMÂNTÂNĂ

Pentru tocătură, aceleaşi cantităţi ca mai sus. Pentru sos: 1 ceaşcă de smântână, 1 linguriţă de făină (sau 1 lingură unt, 2 linguri făină, 1 ceaşcă apă, 2 linguri smântână), 1 linguriţă mărar tocat.

Se pregăteşte carnea de tocătură ca mai sus. Se fac în mână mici perişoare rotunde, care se dau în făină şi se prăjesc în untură. Se aşază într-o cratiţă. Se toarnă deasupra smântână bătută cu o lingură de făină. Se adaugă o linguriţă de mărar tocat fin şi se potriveşte de sare.

Pentru a se face economie de smântână, se face separat un râmtaş alb dintr-o 1/2 lingură de unt şi o lingură de făină. Se stinge cu

o ceaşcă de apă (sau de lapte) şi se adaugă o lingură sau două de smântână. Se pune sare şi mărar ca mai sus. Se toarnă deasupra perişoarelor şi se lasă să fiarbă puţin la foc mic. La un foc prea iute, smântâna se taie.

203. CHIFTELE CU SOS DE ROŞII

Pentru tocătură, aceleaşi cantităţi ca la „Pîrjoal® moldoveneşti". Pentru sos: 500 g roşii, 1 lingură imtură, 1 linguriţă făină, 1 bucăţică de zahăr, puţină frunză de ţelină, sare.

Se face tocătură ca mai sus şi se formează chiftele rotunde care se dau prin făină şi se prăjesc în untură. Se pun într-o cratiţă. Se face un sos de roşii (v. 63), se toamă deasupra şi se lasă să dea câteva clocote la foc mic.

204. CHIFTELE MARINATE

Pentru tocătură, aceleaşi cantităţi ca la “Pârjoale moldoveneşti”. Pentru sos: 500 g roşii, 1 lingură untură, 1 linguriţă făină, 1 lingură oţet, 1 bucăţică de zahăr, sare, 2 foi de dafin, 10 boabe de piper.

Se pregătesc chiftelele ca mai sus şi se aşază într-o cratiţă. Se face un sos de roşii în care se adaugă oţetul, foile de dafin şi piper. Se toarnă deasupra chiftelelor şi se lasă să dea câteva clocote la foc mic. Se ţin calde la cuptor.

205. CHIFTELE MARINATE CU TARHON

Aceleaşi cantităţi ca pentru “Chiftele marinate”, în loc de dafin, 1 legătură mică de tarhon.

Se pregătesc la fel ca mai sus adăugînd tarhon în loc de foi de dafin.

206. ARDEI UMPLUŢI

12 ardei graşi mijlocii, 750 g carne macră, 1 felie de pâine, 1 ceapă, 3 linguri orez, 1 linguriţă mărar tocat, sare, 2 linguri untură, 1 lingură bulion, 1 linguriţă făină, 2 linguri smântână, 1 ceaşcă apă.

Se dă carnea şi o felie de pîine muiată şi stoarsă bine prin maşina de tocat. Când carnea este slabă, se adaugă şi o lingură de jumări rămase de la topitul unturii. Separat se prăjesc în puţină untură ceapa tăiată mărunt şi orezul ales şi spălat. Se sting cu puţină apă şi se amestecă cu carnea. Se aleg ardei graşi. Se taie un capac în jurul codiţei, se curăţă de seminţe. Dacă ardeii sunt iuţi, se opăresc în apă clocotită, în care se ţin cinci minute. Se scurg bine şi se umplu cu tocătură.

Înainte de a fi aşezaţi cu sos în cratiţă, după ce se umplu, ardeii trebuie prăjiţi într-o tigaie cu puţină untură. Se aşază în cratiţă şi se toamă deasupra un sos făcut din făină, bulion de roşii şi apă. Se

acoperă şi se pun să fiarbă înăbuşit la cuptor. Înainte de a servi, se pun două, trei linguri de smântână sau se serveşte smântâna separat în sosieră.

207. DOVLECEI UMPLUŢI

6 dovlecei mijlocii, 500 g carne macră, 1 felie de pîine, 1 ceapă mică, 2 linguri orez, 1 linguriţă mărar tocat, sare. Pentru sos: 2 linguri untură, 1 ceapă mică, 1 linguriţă de făină, 4 roşii, sare.

Se pregăteşte tocătura ca pentru ardei. Se aleg dovlecei cât mai egali ca mărime, se rad de coajă, se taie în două şi se scobesc de miez. Se umplu cu tocătură. Se prăjesc apoi pe toate părţile în untură. Dacă rămâne tocătură, se fac mici perişoare, se prăjesc în untură şi se aşază în cratiţă, împreună cu dovleceii. Se face un sos cu o ceapă tăiată şi îngălbenită în untură, puţină făină şi apă. Se pun roşiile tăiate bucăţi. Se dau la cuptor să fiarbă înăbuşit. Când sunt gata, se adaugă smântâna sau se serveşte separat în sosieră.

208. CARTOFI UMPLUŢI

12 cartofi mijlocii. Pentru tocătură şi sos, aceleaşi cantităţi ca la "Dovlecei umpluţi".

Se curăţă cartofii, se scobesc şi se pregătesc la fel ca dovleceii.

209. CHIFTELE DE CARTOFI CU CARNE

400 g cartofi, 250 g carne, 1 ceapă, 1 ou, 1 lingură făină, sare, piper, 100 g untură sau ulei.

Se fierb cartofii, se curăţă şi se trec prin maşină. Se amestecă cu o lingură de făină, un ou şi carnea dată prin maşină şi prăjită cu puţină ceapă. Se adaugă sare şi piper. Se fac chiftelele ca mai sus şi se prăjesc în untură sau în ulei. Se servesc cu sos de roşii.

210. GULII UMPLUTE

12 gulii mijlocii, 400 ,g carne macră, 1 felie pîine, 1 ceapă mică, 1 lingura orez, 1 linguriţă mărar tocat, sare. Pentru sos: 2 linguri untură, 1/2 lingură făină, 1 ceaşcă zeamă de carne (sau apă), 1 lingură bulion, 5 bucăţele zahăr, sare.

Se aleg gulii tinere, cam de aceeaşi mărime. Se curăţă, se scobesc şi se umplu cu o tocătură ca pentru ardei. Se aşază în cratiţă şi se toarnă deasupra un sos făcut dintr-un rântaş de făină cu untură, stins cu zeamă de carne la care se adaugă bulion de roşii şi puţin zahăr ars. După ce fierb pe maşină, se dau la cuptor.

211. ROŞII UMPLUTE

12 roşii frumoase, 600 g carne macră, 1 felie de pâine, 2 Iinguri orez, 1 ceapă, sare, 1 lingură untură, 2 linguri smântână.

Se face tocătura ca pentru ardei (v. 206). Se aleg roşii rotunde, netede. Se taie capacul, se golesc şi se scot seminţele. Se umplu cu tocătura, se aşază capacul la loc şi se pun în cratiţă. Din miezul scos,

trecut prin sită, se face un sos ca pentru ardei, se toarnă peste roşii şi se fierb înăbuşit la cuptor. Înainte de a servi, se adaugă smântână. Tocătura se poate pregăti de asemenea ca pentru musacaua de vinete (v. 216).

*** ALTE ROŞII UMPLUTE**

12 roşii frumoase, 400 g carne de viţel, 50 g slănină fiartă, 3 linguri pesmet, 1 ou, 1 lingură smântână, verdeaţă tocată, sare, piper, 2 linguri untură, 1 lingură făină.

Se pregătesc roşiile ca mai sus. Se face o umplutură din carne de viţel, dată prin maşină cu o felie de slănină fiartă. Se adaugă pesmetul, un ou, smântâna, sare, piper şi puţină verdeaţă tocată fin. Se ung roşiile înăuntru şi capacele cu o pană dată prin ou, se umplu şi se aşază capacele la loc. Se pun roşiile într-o cratiţă, iar deasupra se toamă un sos de roşii (v. 63). Se dau la cuptor.

212. VINETE UMPLUTE

6 vinete potrivite, 500 g carne macră, 1 ceapă, 1 lingură untură, 1 ou, sare, piper. Pentru sos: 1 lingură untură, 1 ceapă, 1 lingură făină, 1 ceaşcă apă, 1 lingură bulion.

Se aleg pătlăgele vinete mai mici, de aceeaşi mărime, se taie cozile şi se opăresc cinci minute într-o oală cu apă clocotită. Se scot, se răcoresc cu apă rece, apoi se ţin 1/4 oră sub teasc, pentru ca apa să iasă din ele. Se scobesc. Se dă carnea prin maşină, se prăjeşte în untură cu puţină ceapă, se adaugă sare, piper şi un ou. Se umplu vinetele. Se face un sos dintr-o lingură de untură, o ceapă tăiată mărunt şi făină. Se adaugă apă, puţin bulion şi miezul scos din vinete. După ce a fiert, se strecoară prin sită. Se toarnă peste vinetele aşezate în cratiţă. Se lasă să fiarbă înăbuşit. Înainte de a servi se dau o jumătate de oră la cuptor.

213. MERE UMPLUTE

12 mere mijlocii, 500 g carne macră, 1 lingură untură, 1 ou, sare. Pentru sos: 2 linguri unt sau untură, 8 bucăţele zahăr, 1/2 linguriţă făină, 2 ceşti zeamă de carne (sau apă), sare.

Merele nu se curăţă de coajă. Se spală, se taie un căpăcel la partea cu codiţă. Se scobesc. Se dă carnea prin maşină. Se prăjeşte puţin în unt sau în untură şi se adaugă un ou şi sare. Se umplu merele, se pun capacele deasupra şi se aşază într-o cratiţă cu unt. Se face un sos cu zahăr ars, un praf de făină şi zeamă de carne; se toarnă deasupra. Se fierb înăbuşite la cuptor.

214. MUSACA DE VARZĂ

1 varză mijlocie, 750 g carne macră, 1 ceapă, 4 linguri untură, 2 linguri pesmet, 4 linguri smântână, sare, piper.

Se prăjeşte în untură, cu puţină ceapă, carnea dată prin maşină. Se adaugă sare şi piper. Se aleg foile de la o varză frumoasă, se taie

cotorul, se opăresc şi se scurg bme. Se unge o cratiţă cu untură şi se presară cu pesmet. Se aşază câteva foi pe fund, apoi un strat de came tocată şi din nou un rând de foi de varză. Se repetă această operaţie de 2 — 3 ori, până se isprăvesc carnea şi varza. Deasupra se presară pesmet, se pune unt sau untură, smântână amestecată cu un praf de sare. Se dă la cuptor. Când este gata se răstoarnă.

215. VARZĂ CLUJASCĂ

1 varză miilocie, 750 g carne macră, 1 ceapă, 4 linguri untură, 1 ceaşcă smântână, sare, piper.

Se prăjeşte în untură, cu puţină ceapă, carnea dată prin maşină. Se toacă potrivit de mărunt o varză frumoasă, se opăreşte cu apă clocotită cu sare, se scurge foarte bine. Se unge o cratiţă cu o lingură de untură, se pune un rând de varză, unul de carne, o lingură de smântână şi se continuă alternând varză, came şi smântână. Ultimul rând trebuie să fie de smântână. Se potriveşte de sare şi piper. Se dă la cuptor.

216. MUSACA DE VINETE

4 vinete mijlocii, 750 g carne macră, 1 morcov, 1 cartof, 2 cepe, 1 ou, 2 linguri smântână, sare, piper, 4 linguri untură, 2 linguri făină, 1 lingură pesmet, 4 roşii sau 1 lingură bulion, 1 ceaşcă zeamă de carne sau apă.

Se aleg vinete mijlocii. Se taie fără să se cureţe, în felii groase de un deget. Se opăresc cu apă sărată şi se aşază sub un fund cu o greutate pe el, ca să se scurgă.

Se dă prin maşină carnea împreună cu morcovul şi cartoful crud. Se prăjeşte carnea şi ceapa tăiată mărunt cu o lingură de untură. După ce s-a răcorit puţin, se adaugă un ou, smântână, sare şi piper. Se scot vinetele de sub teasc, se zvântă cu un şervet, se dau prin făină şi se prăjesc în untură, fiecare felie pe ambele părţi, Vinetele se pot prăji şi fără a fi opărite. Într-o cratiţă unsă cu untură şi presărată cu pesmet se aşază un rând de vinete, un strat de carne, şi aşa mai departe, până se isprăvesc carnea şi vinetele. Este de preferat ca ultimul strat să fie de vinete. Deasupra se toarnă o ceaşcă de zeamă de carne cu o lingură de bulion de roşii, sau se prin câteva roşii tăiate felii. Se dă la cuptor să scadă. Când este gata, se răstoamă pe o farfurie. Pentru a economisi untura şi totodată pentru ca mâncarea să fie mai uşoară, se pot pregăti vinetele neprăjite în untură. Astfel, vinetele tăiate felii se prăjesc uşor, pe ambele părţi, direct pe plita potrivit de încinsă. Pe măsură ce se rumenesc, se pun într-un castron presărate cu puţină sare. Se acopăr şi se ţin să se aburească până ce se pregăteşte carnea pentru musaca. Se face apoi musacaua la fel ca mai sus.

217. MUSACA DE CARTOFI

Aceleaşi cantităţi ca pentru “Musaca de vinete”, în loc de vinete

400 g cartofi; nu se dau prin făină la prăjit.

Se poate pregăti cu cartofii cruzi sau fierţi. Cartofii cruzi se curăţă, se taie felii groase de un deget. Se prăjesc foarte puţin în untură, pe ambele părţi. Pentru rest se procedează la fel ca la musacaua de vinete.

218. MUSACA DE DOVLECEI

3 dovlecei mijlocii; pentru tocătură şi pentru rest, aceleaşi cantităţi ca Ia "Musaca de vinete".

Se rad dovleceii de coajă. Se taie felii rotunde de grosimea degetului. Se sărează şi se lasă un sfert de oră să se scurgă de apă. Se usucă cu o cârpă, se dau în făină, se prăjesc în untură pe ambele părţi. Pentru rest se procedează la fel ca la musacaua de vinete.

219. MUSACA DE CONOPIDĂ

1 conopidă frumoasă, 500 g carne macră, 1 ceapă, 3 linguri unt sau untură, 1 ou, sare, piper, 2 linguri pesmet.

Se rup buchetele, fără cotoare, de la o conopidă frumoasă, se spală şi se fierb pe jumătate în apă cu sare. Se scurg de apă. Se dă carnea prin maşina de tocat. Se prăjeşte în unt sau în untură cu o ceapă tăiată mărunt. Se adaugă un praf de piper, sare şi un ou. Se unge o formă cu unt, se presară pesmet. Se aşază un rând de conopidă, împărţind astfel buchetele, încât stratul să fie cât mai egal. Se pune un rând de carne apoi alt rând de conopidă. Se presară pesmet, se adauga o lingură de unt. Se dă la cuptor. Când este gata se răstoarnă.

220. MUSACA DE TĂIŢEI

300 g tăiţei (2 ouă, 300 g făină, apă cît cuprinde o coajă de ou, sare), 500 g carne macră, 1 ceapă mică, 3 linguri unt, sare, piper, 2 linguri pesmet.

Tocătura de carne se pregăteşte ca mai sus. Se pun tăiţeii (v. 604) la fiert în apă clocotită cu sare, se fierb nu prea mult, se răcoresc cu apă rece, se scurg bine şi se opăresc cu unt. Se unge forma cu unt, se presară pesmet şi apoi se aşază un rând de tăiţei, un rând de carne şi aşa mai departe. Deasupra se presară pesmet şi se mai pune puţin unt. Se dă la cuptor. Se răstoarnă. La fel se poate pregăti cu macaroane de casă sau cumpărate.

221. SARMALE CU VARZĂ DULCE

1 varză mare sau 2 mijlocii, 750 g carne macră, 1 felie pâine, 2 cepe, 2 linguri orez, 100 g untură, sare, piper, mărar tocat, 1 crenguţă mică de cimbru, 1 ardei gras, 6 roşii sau 2 linguri bulion, 1l borş.

Se dă prin maşină carnea de porc sau amestecată, de vacă şi de porc, şi miezul de la o felie groasă de pâine, muiat şi stors bine. Separat se prăjeşte în untură ceapa tăiată mărunt. Când începe să se

îngălbenească, se adaugă orezul ales şi spălat. Se prăjeşte uşor şi orezul, se stinge cu puţină apă, apoi se amestecă cu carnea, se adaugă verdeaţă tocată mărunt, sare şi un praf de piper. Se desfac foile de la o căpăţână frumoasă de varză. Se taie cotorul de la fiecare foaie şi se opăresc cu borş, ţinându-le până se moaie. Se taie foile în bucăţi potrivit de mari şi în ele se înveleşte camea pentru sarmale. Adevăratele sarmale moldoveneşti se fac mici cât o nucă. Varza rămasă neîntrebuinţată la sarmale se taie ca tăiţeii mai groşi. Se pune un strat de varză tăiată în cratiţă, apoi se aşază sarmalele una lîngă alta şi un al doilea rând, dacă ies mai multe. Între rânduri se aşază felii de roşii. Deasupra se pune încă un strat de varză tăiată şi un ardei gras, tăiat subţire. Se adaugă câteva linguri de borş, fiert separat, strecurat şi îndoit cu apă ca să nu fie prea acru, roşiile tăiate felii sau puţin bulion de roşii sau de ardei şi o lingură bună de untură. Se lasă să fiarbă pe maşină, apoi se dă la cuptor, la foc potrivit şi se ţin până scade zeama atât cât trebuie. Sarmalele sunt mult mai bune încălzite, de aceea este mai bine să fie pregătite din ajun.

222. SARMALE CU VARZĂ ACRĂ

Aceleaşi cantităţi ca mai sus, 1 linguriţă de boia de ardei în loc de roşii sau bulion.

Se pregătesc la fel ca sarmalele de varză dulce, varza în loc să fie opărită însă, este spălată cu apă rece ca să piardă din acreală, iar sarmalele se fierb numai în apă, fără borş, adăugându-se puţină boia de ardei în loc de roşii sau bulion. Vara se poate adauga un ardei gras, tăiat subţire.

223. SARMALE CU FOI DE VIŢĂ

250 g foi de viţă; celelalte cantităţi sunt aceleaşi ca pentru “Sarmale cu varză dulce”; în plus o ceaşcă de smântână sau de iaurt.

Se opăresc frunzele şi se fac apoi sarmale la fel ca sarmalele de varză, de preferinţă din carne de miel sau de viţel. Se aşază în cratiţă, se adaugă untură şi puţină apă şi se lasă să fiarbă încet pe maşină. Când sunt aproape gata, se toamă 2 — 3 linguri de borş amestecăt cu puţin bulion de roşii, se potrivesc de sare şi se dau o jumătate de oră la cuptor (borşul nu se pune de la început, deoarece întăreşte frunzele de viţă care devin neplăcute la mâncat). Se servesc la masă cu smântână sau cu iaurt.

224. SARMALE DE MIEL CU FRUNZE DE ŞTEVIE

500 g foi de ştevie sau **de spanac. Celelalte cantităţi sunt aceleaşi ca pentru “Sarmale cu varză dulce”; în** plus o ceaşcă **de smântână.**

Se opăresc frunzele. Se fac sarmale la fel cu cele de varză; la sfârşit se adaugă puţin borş amestecat cu bulion de roşii. Se servesc la masă cu smântână sau cu iaurt. Se pot face la fel şi cu frunză de

spanac.

225. DROB DE MIEL (CIGHIR)

500 g măruntaie, 2 ouă, 1 felie de pâine, 1 lingură smântână, 1 lingură verdeaţă tocată, 2 fire ceapă verde, sare, piper, 1 lingură untură.

Se trec prin maşina de carne măruntaiele de la un miel, inima, ficatul, plămânii. Se adaugă ouăle, puţin miez de pâine muiat în lapte (după dorinţă), sare, un praf de piper, smântână şi verdeaţă multă, mărar, pătrunjel şi ceapă verde, tocate mărunt cu o parte din cozi. Se spală prapurul bine, în mai multe ape. Se unge puţin cu untură o tigaie cu marginile joase. Se întinde prapurul în tigaie astfel încât să rămînă mult şi pe margini, pentru a putea fi întors deasupra peste umplutură. Se pune umplutura peste prapur în tigaie, se aşază cu o lingură ca să fie stratul de aceeaşi grosime, se întorc marginile prapurului deasupra, se coace la cuptor. Se serveşte întreg sau se taie felii.

226. DROB DE MIEL ÎN ALUAT

Pentru tocătură aceleaşi cantităţi ca mai sus. Pentru aluat 1 ou, 150 g făină, 1 lingură de unt sau de untură, sare.

Drobul poate fi învelit în aluat în loc de prapur. Se pregăteşte tocătura ca mai sus. Se face un aluat fraged dintr-un ou, făină şi unt. Se întinde o foaie ca de tăiţei, se aşază în tigaia unsă cu unt sau cu untură. Se pune umplutura într-un strat de grosime egală. Se întorc marginile potrivind să nu vină prea mult aluat unul peste altul. Se unge cu ou. Se dă la cuptor.

227. CROCHETE DE CARNE

300 g carne fiartă (sau friptă), 1 ceapă mică, 1/2 lingură unt, 2 linguri făină, 2 ceşti zeamă de carne (sau apă), 2 ouă, sare, piper, 1 lingură pesmet, 50 g untură.

Carnea fiartă, rămasă de la rasol, se dă prin maşină. Se prăjeşte apoi cu o lingură de unt şi cu o ceapă tăiată mărunt. Separat, din ½ lingură de unt, o lingură de făină şi două ceşti zeamă de came, se face un sos de făină ceva mai gros. Se amestecă cu camea, se adaugă două gălbenuşuri şi un praf de piper. Cantitatea de sos trebuie potrivită atât, cât să lege carnea, nu mai mult, altfel crochetele devin cleioase, fără frăgezime. Se lasă să se răcească. Pe un fund de lemn se pregăteşte pesmetul. Se iau cu lingura cantităţi egale din compoziţie, se dau prin făină, se formează crochete de aceeaşi mărime, se lasă pe fund. Se amestecă albuşul rămas, fără să fie bătut spumă, cu un praf de sare. Se dau crochetele prin acest amestec, apoi prin pesmet şi se prăjesc în untură fierbinte, la fel pe toate părţile. Se servesc ca garnitură la legume.

228. RULADĂ DE CARNE

750 g carne, 100 g slănină (sau măduvă), 1 felie de pâine, 2 cepe, 2 ouă, 1 linguriţă verdeaţă, sare, piper, 1 Iinguriţă ulei, 1/2 lingură făină, 1 lingură untură.

Se dă prin maşina de tocat, carne de porc sau de viţel, împreună cu slănina şi o felie groasă de pâine, muiată în lapte şi stoarsă. Se adaugă cepele tăiate mărunt şi prăjite în untură, un ou întreg şi un gălbenuş, verdeaţă tăiată mărunt, sare şi un praf de piper. Din această tocătură se face un sul gros, cam cât un pahar, care se tăvăleşte prin făină. Albuşul rămas se amestecă, fără să fie bătut spumă, cu o linguriţă de ulei şi un praf de sare. Se unge rulada de carne cu albuşul şi se dă la cuptor într-o tavă cu untură fierbinte. Se face un sos de ciuperci (v. 65) şi când rulada este aproape gata, se toarnă deasupra şi se lasă să mai dea un clocot împreună. Înainte de a servi, se taie felii.

229. BUDINCĂ DE CARNE CU CARTOFI

500 g carne, 1 ceapă, 1 felie de pîine, 2 linguri unt (sau untură), 1 lingură făină, 1/2 ceaşcă zeamă de carne (sau apă), 300 g cartofi, sare, piper, verdeaţă, 1 lingură pesmet.

Se dă prin maşina de tocat carnea împreună cu ceapa şi miezul de la o felie de pâine muiat şi stors. Se înfierbântă într-o tigaie o lingură de unt sau de untură, se pune carnea şi când începe să se rumenească, se presară făină. Se amestecă şi se stinge cu zeama de carne. Se adaugă sare, piper şi puţin mărar sau pătrunjel tocat. Separat se fierb cartofii, se curăţă de coajă şi se trec prin maşina de tocat. Se unge cu unt o formă de sticlă rezistentă la foc, se presară pesmet şi se aşază un strat de carne, unul de cartofi, şi aşa mai departe. Deasupra se toarnă o lingură de unt şi se presară pesmet. Se ţine la cuptor până se rumeneşte. Se serveşte cu un sos de roşii.

230. MITITEl

1 kg carne de vacă de la gât, 200 g seu de vacă, câte un vârf de cuţit de piper, chimen, bicarbonat, 1 căpăţână de usturoi, sare.

Se trec de trei ori prin maşina de tocat carnea împreună cu grăsimea. Se sărează cât trebuie şi se lasă să stea 2 — 3 ore la gheaţă. Se adaugă un praf de piper şi puţin chimen pisat fin şi un vârf de cuţit de bicarbonat. Se face separat un mujdei de usturoi cu puţină zeamă de came, se strecoară şi se adaugă în tocătură atât cât trebuie. Se pune la maşina de tocat tubul de tablă prin care se umplu maţele pentru cârnaţi. Se dă tocătura încă o dată prin maşină şi, pe măsură ce iese cârnatul din tub, se taie de mărimea mititeilor. În lipsa acestui tub, se iau cu lingura cantităţi egale din tocătură şi, cu mâinile udate în apă, se formează cârnăciori de aceeaşi mărime, care se aşază pe o scândură. Se frig la grătar, la foc iute. În timpul cât se frig, se ung cu o pană muiată în zeamă de carne.

*** ALT FEL DE MITITEI**

Aceleaşi cantităţi ca mai sus, în plus 2 linguri de frişcă.

Se trece de două ori prin maşină carnea de la gât împreună cu seul de vacă. Se amestecă cu 1/2 linguriţă de sare şi se dă la gheaţă pentru 24 ore, amestecându-se în acest timp de câteva ori. A doua zi se mai trece odată prin maşină adăugând o linguriţă de bicarbonat, încă 1/2 linguriţă de sare, 2 — 3 cuişoare, puţin chimen şi piper, toate pisate fin, şi frişca nebătută. Se pisează o căpăţână de usturoi cu puţină apă şi se strecoară în tocătură numai zeama. Se bate bine o jumătate de oră şi se fac mititei ca mai sus.

MÎNCĂRI DE CARNE ŞI FRIPTURI

CARNE DE VACĂ

231. RASOL DE VACĂ

1,250 kg carne, zarzavat de supă, 6 cartofi mijlocii, 1/4 varză, 4 l apă, sare.

Carnea cea mai gustoasă pentru rasol este mugurul de piept, fluierul şi carnea de la coadă. Se pune carnea la fiert într-o oală cu apă clocotită şi se spumueşte de câte ori se ridică spuma. Se adaugă zarzavatul şi se lasă să fiarbă trei ore la foc potrivit. Când carnea este aproape fiartă, se adaugă în supă cartofii curăţiţi şi tăiaţi în două şi 2 — 3 bucăţi de varză care a fost mai înainte fiartă pe jumătate în apă. Cartofii nu trebuie lăsaţi să fiarbă prea mult, pentru a nu se sfărâma. Se aşază rasolul pe farfurie, se pun împrejur cartofii, varza şi morcovii din supă, tăiaţi felii. Se serveşte cu sos de hrean şi murături sau salată de sfeclă.

232. RASOL CU SMÂNTÂNĂ

1,250 kg carne de pe coaste, zarzavat de supă, 4 l apă, 1 ceaşcă smântână, 1 linguriţă făină, 1 lingură brânză rasă, sare.

Se scoate carnea de pe coaste, se face o ruladă (sul), se leagă cu aţă şi se pune la fiert ca mai sus, adăugând zarzavat ca pentru orice supă. Când carnea este fiartă, se scoate aţa şi se aşază într-o tavă. Se amestecă într-o cratiţă smântânâ cu 2 — 3 linguri zeamă de carne, făină, sare şi o lingură de brânză rasă. Se toarnă peste rasol, cu grijă ca toată carnea să fie acoperită cu un strat gros. Se presară cu parmezan ras. Se dă la cuptor, se ţine până capătă o culoare frumoasă. Se serveşte cu gamitură de macaroane sau de orez.

233. TOCANĂ

1,250 kg carne, 1 lingură untură, 4 cepe mijlocii, 5 roşii sau 1 lingură bulion, 1 praf de făină, sare, piper.

Se alege came de la piept, mai grasă, sau came de pe coaste. Se taie carnea în bucăţi potrivite şi se prăjeşte cu o lingură de untură. Se adaugă ceapa tăiată felii subţiri. Se lasă până se prăjesc. Se pune

puţină apă, se acoperă şi se fierb înăbuşit, adăugând din când în când câte o lingură de apă fierbinte, până ce carnea este frăgezită. Se adaugă o lingură de bulion de roşii sau roşii curăţite de coji şi de seminţe, sare, piper şi un praf de făină. Se acoperă şi se lasă să scadă la cuptor. Se serveşte cu mămăligă.

234. GULAŞ CU GĂLUŞTE

1 kg carne, 1 lingură untură, 4 cepe mijlocii, 1/2 linguriţă boia de ardei, 1 lingură bulion sau 5 roşii. Pentru găluşte: 1 lingură unt sau untură, 1 ou, 2 linguri făină, 1 lingură apă, sare.

Se taie carnea în bucăţi potrivite şi se prăjeşte cu o lingură de untură. Se adaugă ceapa tăiată felii subţiri. Se amestecă din când în când ca să nu se ardă. Când începe să se rumenească, se adaugă boiaua de ardei, bulionul de roşii sau roşiile curăţite de coji şi de seminţe, sare şi puţină apă. Se lasă să fiarbă înăbuşit, adăugând din când în când puţină apă, până ce se frăgezeşte carnea. Separat se freacă o lingură de unt sau de untură cu un ou, făină, puţină apă şi sare. Se amestecă totul bine. Se ia cu linguriţa din pastă şi se dă drumul găluştelor în apă clocotită. Se ţin să fiarbă 10 minute. Se scurg şi se pun în mâncare sau se opăresc cu unt şi se servesc ca gamitură. Mâncarea trebuie să fie foarte fierbinte.

235. CARTOFI CU CARNE

600 g carne, 1,250 kg cartofi, 1 lingură untură, 2 cepe mijlocii, verdeaţă, 4 roşii sau 1 lingură de bulion, sare.

Se taie carnea în bucăţi potrivite. Se prăjesc în cratiţă cu ceapa tăiată mărunt şi cu o lingură de untură. Se amestecă din când în când ca să nu se ardă. Când ceapa începe să se îngălbenească, se pune sare şi puţină apă caldă. Se lasă să fiarbă o oră, turnând din când în când puţină apă caldă. Se curăţă cartofii şi se taie în lung. Pentru a nu se sfărâma, cartofii trebuie frecaţi cu puţină sare înainte de a fi puşi în cratiţa cu carne. Se mai adaugă în mâncare mărar sau pătrunjel tocat fin şi puţin bulion de roşii sau boia de ardei, pentru culoare. Când cartofii sunt aproape gata, se pune cratiţa pentru o jumătate de oră la cuptor. Cartofii nu se amestecă cu lingura ca să nu se sfărîme, ci se clatină numai din când în când cratiţa, pentru a nu se prinde de fund. Mâncarea nu trebuie să fie prea scăzută.

236. PRAZ CU CARNE

600 g carne, 2 legături praz, 1 lingură untură, 1 lingură bulion, 1 bucăţică zahăr, sare.

Se pune carnea la foc, la fel **ca** pentru mâncarea de cartofi; nu se pune ceapă, deoarece prazul are el singur miros tare. Se curăţă prazul. Se taie în bucăţi potrivite. Se prăjeşte uşor într-o tigaie cu

puţină untură. Se pune peste carne numai când aceasta este frăgezită. Prazul fierbe foarte repede, şi dacă stă prea mult la foc, se sfărâmă. Se adaugă bulion de roşii şi o bucăţică de zahăr. Se gustă de sare. Se dă la cuptor. Mâncarea este bună mai scăzută.

237. MORCOVI CU CARNE

600 g carne, 1 kg morcovi, 3 linguriţe zahăr, 1 lingură untură, 1 linguriţă făină, sare.

Se pune carnea la foc la fel ca pentru mâncarea cu cartofl. Se curăţă morcovii. Dacă sunt mari, se taie felii subţiri; dacă se întrebuinţează carote mici, rotunde, se lasă întregi. Se prăjesc uşor morcovii, întregi sau felii, cu puţină untură. Se pun în cratiţa cu came când aceasta este frăgezită. Separat se arde zahărul şi se stinge cu puţină apă fierbinte. Se adaugă făina. Se toarnă în mâncare. Se gustă de sare. Când este aproape gata, se dă o jumătate de oră la cuptor.

238. FASOLE BOABE CU CARNE

600 g carne, 400 g fasole uscată, 1 lingură untură, 2 cepe, 1 lingură bulion sau 5 roşii, 1 frunză de dafin.

Se pregăteşte carnea la fel ca pentru mâncarea cu cartofi. Se alege fasole care nu lasă coji şi se fierbe separat, schimbând apa odată sau de două ori. Când carnea este aproape fiartă, se adaugă fasolea, care nu trebuie să fie de loc sfărâmată. Se pune sare, puţin bulion sau roşii şi o frunză mică de dafin. Mâncarea nu trebuie să fie prea scăzută, este mai gustoasă cu puţină zeamă.

239. FASOLE VERDE CU CARNE

600 g carne, 1 kg fasole, 2 cepe, 1 lingură untură, 1 linguriţă făină, 1 lingură bulion sau 4 roşii, sare, verdeaţă.

Se taie carnea în bucăţi potrivite. Se prăjeşte cu două cepe tăiate mărunt şi cu o lingură de untură. După ce s-a rumenit carnea, se adaugă făina, puţină sare, se amestecă, se toarnă apă caldă cât s-o cuprindă şi se pune fasolea curăţită şi spălată. Se lasă să fiarbă împreună. Când fasolea este aproape fiartă, se gustă de sare, se adaugă o lingură de bulion sau câteva roşii, puţină verdeaţă şi se dă la cuptor. Se poate face şi cu fasolea fiartă separat şi bine scursă. Se pune peste carne când aceasta este frăgezită.

240. BAME CU CARNE

600 g carne, 1 kg bame, 1 lingură untură, 1 ceaşcă de borş, 1 lingură bulion sau 4 roşii, 1 păhărel de vin.

Se pregăteşte carnea ca pentru mâncarea cu cartofi. Între timp se curăţă bamele de codiţă, se opăresc cu borş sau cu oţet îndoit cu apă. Se clătesc apoi în mai multe ape reci. Se scurg bine. Se pun în cratiţa cu bame numai când aceasta este aproape fiartă. Se adaugă sare, bulion sau roşii tăiate în două şi fără seminţe. Când sunt aproape gata, se adaugă un păhărel de vin şi se dau la cuptor.

241. VINETE CU CARNE

600 g carne, 3 vinete mijîocii, 2 linguri untură, 1 lingură bulion sau 4 roşii, 1 ardei gras, sare.

Se pregăteşte camea ca pentru mâncarea cu cartofi. Se taie câteva vinete, fără să se cureţe de coajă, în bucăţi potnvite. Se opăresc cu apă sărată, în care se lasă să stea 10 minute. Se storc apoi bine cu mâna şi se pun într-un şervet să se scurgă. Se înfierbântă untura într-o tigaie, se pun vinetele să se rumenească puţin şi se aşază apoi în cratiţa cu came. Se adaugă sare, dacă este necesar, apoi o lingură de bulion de roşii îndoit cu apă, sau roşii tăiate în două, şi un ardei gras tăiat mărunt. Se dau la cuptor.

242. PRUNE USCATE CU CARNE

600 g carne, 500 g prune uscate, 2 linguri untură, 1 linguriţă făină, 6 linguriţe zahăr, sare.

Se pregăteşte camea ca pentru mâncarea cu cartofi, însă fără ceapă. Se spală prunele, se opăresc, se scurg şi se pun peste carne, când aceasta este pe jumătate fiartă. Se adaugă puţină sare şi un sos de zahăr ars, ca la morcovii cu carne. Se dau la cuptor, adăugând 1 — 2 linguriţe de zahăr (sau mai mult, după gust), dacă sosul nu este destul de dulce.

243. GUTUI CU CARNE

1 kg gutui, pentru rest aeeleaşi cantităţi ca la mâncarea de prune.

Se pregăteşte carnea ca pentru mâncarea cu cartofi (v. 235), însă fără ceapă. Se spală gutuile (nu se curăţă de coajă), se taie bucăţi potrivite, se scot mijlocul pietros şi căsuţa cu seminţe şi se prăjesc uşor cu puţină untură. Se pun peste carne când aceasta este aproape gata. Se adaugă un sos de zahăr ars, în care s-a pus un praf de făină. Se dau jumătate de oră la cuptor.

244. PERE CU CARNE

1 kg pere, pentru rest aceleaşi cantităţi ca la mâncarea cu prune.

Se face la fel ca mîncarea de gutui.

245. VARZĂ DULCE CU CARNE

600 g carne, 1 varză frumoasă (cam de 1 kg), 1 ceaşcă borş, 1 lingură bulion sau 4 roşii mijlocii, 1 ardei gras, 3 linguri untură, sare.

Se alege carne grasă şi se pregăteşte ca pentru mâncarea cu cartofi (v. 235). Se taie o varză sau două, mărunt ca fideaua. Se dă sare şi se stoarce cu mâna pentru ca să iasă apa din ea. Se pune în cratiţa cu carne când aceasta este pe jumătate fiartă şi se adaugă o lingură bună de untură. Se toarnă deasupra borş fiert separat şi bine

limpezit. Se lasă să fiarbă o oră. Se gustă de sare, se pune bulion de roşii sau câteva roşii tăiate felii. Se ţine cel puţin o oră la cuptor. După ce s-a aşezat varza, nu se mai dă cu lingura, se mişcă numai cratiţa într-o parte şi în alta, ca să nu se prindă pe fund. Dacă este prea scăzută, se mai adaugă puţină apă. Mâncarea cu varză este mult mai gustoasă pregătită din ajun.

246. VARZĂ ACRĂ CU CARNE

600 g carne, 1 varza acră, 2 linguri untură, puţină boia de ardei, o lingură **bulion.**

Se pregăteşte camea ca pentru mâncarea cu cartofi. Se spală în apă rece o căpăţână sau două de varză murată. Se taie mărunt ca fideaua. Trebuie pusă din timp în cratiţa cu carne, deoarece varza murată fierbe mai greu. Se pune apă, puţină boia de ardei, piperul şi o lingură de bulion. Se lasă să fiarbă cel puţin două ore. Se dă apoi la cuptor încă o oră. Mâncarea trebuie să fie grasă. Este mai gustoasă dacă este pregătită din ajun.

247. GHIVECI

600 g carne, 1 kg legume asortate, 2 linguri untură, sare, unt proaspăt cât o nucă.

Se pregăteşte carnea ca pentru mâncarea cu cartofi. Se taie puţină varză în bucăţi, un morcov, un pătrunjel şi 1/2 ţelină în felii subţiri, se curăţă o mână de bame (v. 240), una de mazăre, una de fasole verde. Se curăţă un dovlecel şi se taie în bucăţi potrivite, precum şi o vânătă care se opăreşte şi apoi se scurge bine. Dacă se găseşte conopidă, se pun şi câteva buchete de conopidă. La sfârşit se adaugă 2 — 3 roşii tăiate în două, un ardei gras tăiat mărunt şi câţiva cartofi curăţiţi şi tăiaţi în bucăţi ca şi dovleceii. Se aşază rânduri de zarzavat şi de carne într-o tavă ce merge la cuptor. Se adauga sare şi untură cât trebuie.

Se dă la cuptor şi se lasă să fiarbă înăbuşit. Dacă scade prea tare mai înainte de a fi zarzavatul fiert, se adaugă puţină apă. Nu se umblă cu lingura ca să nu se sfărâme zarzavatul; se mişcă uşor cratiţa într-o parte şi în alta, pentru a nu se prinde pe fund. Când este aproape gata, se ia capacul, se lasă să se rumenească puţin deasupra şi se adaugă câteva bucăţele de unt proaspăt.

248. FRIPTURĂ ÎNĂBUŞITĂ

1,500 kg carne, 50 g slănină, 2 ceşti zeamă de carne, 3 cepe mijlocii, 2 — 3 căţei de usturoi, 1 lingură untură, 2 foi de dafin, 5 boabe piper, sare.

Se alege o bucată de pulpă sau altă carne macră. Se sărează, se împănează cu slănină şi cu usturoi, se leagă, pentru a căpăta o formă şi se pune la fript într-o cratiţă cu puţină untură. Se întoarce pe toate părţile. După 20 minute se toarnă două ceşti de apă sau zeamă de carne. Se adaugă ceapa tăiată felii subţiri, foile de dafin şi piperul şi

se dă la cuptor, acoperită, să fiarbă înăbuşit timp de trei ore. Între timp se întoarce de două ori. Se scoate capacul şi se unge friptura din când în când cu zeama din cratiţă. Se mai ţine astfel 1/2 oră, până când capătă culoare frumoasă. Sosul trebuie să fie scăzut, totuşi, dacă este nevoie, se mai adaugă puţină apă. Se aşază carnea pe farfurie, se scoate aţa, se taie felii. Sosul se trece prin sită **se toarnă deasupra sau se amestecă cu puţină smântână şi se serveşte cald în sosieră. Friptura se serveşte cu garnitură de legume.**

249. RULADĂ UMPLUTĂ CU FICAT

1 kg carne, 200 g ficat, 50 g slăninâ, 1 felie de pâine, 1 ou, frunze de pătrunjel, 3 cepe, 1 lingură untură, 1 ceaşcă zeamă de carne, 1 păhărel de vin alb, 2 linguri smântână, sare.

Se alege carne de sub coaste. Se bate bine cu ciocanul de lemn, fără să se rupă, astlel încât să se obţină o fâşie de 1 cm grosime. Se sărează. Se face o tocătură din ficat dat prin maşină împreună cu o bucată de slănină şi o felie groasă de pâine muiată în lapte şi bine stoarsă; se adaugă 1/2 ceapă tocată, pătrunjel, sare şi un ou. Se întinde umplutura pe carnea bine ştearsă, se rulează ca o clătită şi se leagă. Apoi se pune într-o cratiţă cu puţină untură să se prăjească. Se adaugă ceapa tăiată felii şi când şi aceasta este puţin rumenită, se toarnă un păhărel de vin alb şi zeama de carne, se dă la cuptor şi se lasă să fiarbă înăbuşit o oră şi jumătate. Când este gata, se scot aţele, se aşază pe farfurie, se taie, iar sosul scăzut, trecut prin sită, se dă din nou în fiert, se amestecă cu puţină smântână sau cu ciuperci înăbuşite şi se serveşte lângă friptură.

250. ŞNIŢEL RUSESC

750 g carne macră, 1 lingură ulei, 1 lingură făină, 3 Iinguri untură (sau ulei).

Pentru sos: 500 g roşii, 1 linguriţă unt, 1 linguriţa făină, 1 bucăţică zahăr, usturoi sau cimbru, sare.

Se taie carnea în felii groase de un deget. Se bat feliile foarte bine pe fund până când carnea începe aproape să se rupă. Dacă are pieliţe sau tendoane, acestea se taie cu vârful cuţitului, de asemenea se crestează carnea şi pe margini, pentru ca atunci când se pune la fript, să nu se strângă. Şniţelele astfel pregătite se sărează şi se ung cu ulei. Se dau prin făină şi se prăjesc în untură sau în ulei mult (grăsimea nu se pierde deoarece şniţelele nu sug multă grăsime, iar după ce s-a răcit, poate fi scursă într-o cratiţă şi întrebuinţată la alte mâncări). Şniţelele prăjite se aşază într-o cratiţă, unele peste altele. Separat se face un sos de roşii (v. 63) cu un fir de cimbru, sau o foaie de dafin, ori doi, trei căţei de usturoi, după gust. Sosul se toarnă peste şniţele, dar numai cu o jumătate de oră înainte de a fi servite, ca să nu sugă prea mult sos, şi se dau la cuptor să se înfierbânte. Se aşază pe o farfurie şi de o parte se pune sfeclă fiartă, presărată cu hrean, iar de cealaltă parte, fasole verde cu unt.

251. FRIPTURĂ LA TAVĂ

1 kg carne macră, 3 cepe mijlocii, 1 lingură **un**tură, 1 lingură bulion, sare.

Se alege came macră de la pulpă sau de la coadă. Se sărează şi se ţine o jumătate de oră. Se aşază într-o tavă cu ceapă tăiată felii subţiri şi cu o lingură de untură. Se rumeneşte pe ambele părţi, apoi se toarnă câteva linguri de apă şi se ţine pe maşină să fiarbă acoperit 1 ½ — 2 ore, adăugând din când în când puţină apă, până se frăgezeşte. Când carnea este frăgezită, se unge cu untură şi se dă la cuptor unde se ţine descoperită până se rumeneşte. Când este gata, se scoate, se taie felii subţiri şi se ţine la cald. Între timp se face repede unnătorul sos: se scurge grăsimea din tavă, iar în zeama care a rămas, se adaugă 1 — 2 linguri de apă şi puţin bulion de roşii. Se lasă să dea câteva clocote, amestecând cu lingura pentru a se lua toată rumeneala de pe fundul tăvii. Sosul se strecoară şi se toarnă fierbinte peste friptură. Se serveşte cu garnitură de macaroane fierte şi opărite cu unt, sau cu cartofi.

252. ANTRICOATE LA GRĂTAR

6 antricoate, 1 linguriţă untură (sau o feliuţă de slănină), sare.

Antricoatele trebuie să fie proaspete, nu însă din ziua în care a fost tăiată vita, ci ţinute până a doua sau a treia zi. Altfel sunt tari, oricât de bine ar fi fripte. Se încinge bine grătarul. Se bate carnea uşor cu mânerul cuţitului sau cu lama satârului şi se sărează. Se şterge cu o cârpă şi se pune pe grătarul încins şi bine uns cu o bucată de slănină crudă sau o pană muiată în untură. Nu se întoarce decât când este destul de rumenită pe o parte şi nu se înţeapă cu furculiţa la întors. Durata de frigere depinde de grosimea antricotului. La foc bine potrivit, un antricot nu prea gros se frige în 10 — 15 minute. Se cunoaşte ca este destul de fript atunci când apar la suprafaţă 2 — 3 picături de zeamă roşiatică. Se aşază în farfurie, se pune peste fiecare o bucăţică de unt proaspăt. Se servesc cu cartofi prăjiţi şi cu salată.

253. ANTRICOATE CU CEAPĂ PRĂJITĂ

6 antricoate, 3 cepe mijlocii, 2 Iinguri ulei, sare.

Se frig antricoatele la tavă sau la grătar. Se taie ceapa în felii foarte subţiri. Se înfierbântă uleiul şi când acesta este bine încins, se pune ceapa la prăjit dată prin puţină făină. Se amestecă uşor cu o furculiţă până se rumeneşte bine, fără să se ardă. Se aşază antricoatele pe farfurie, se pune ceapa deasupra. Se servesc cu cartofi prăjiţi.

254. BIFTEC ÎN FĂINĂ

250 g muşchi de vacă, 1 lingură făină, 2 linguri untură, sare.

Se curăţă muşchiul de pieliţe, se taie în bucăţi potrivite. Se dă sare. Se usucă bine cu o cârpă, se dau prin făină, se frig în untură

fierbinte, întâi pe o parte, apoi pe cealaltă, ca şi antricoatele. Când sunt gata se scot şi se ţin la cald. Se pregăteşte repede următorul sos: se scurge o parte din, grăsimea din tavă, iar în sosul rămas se toarnă o lingură de apă. Se lasă să dea câteva clocote, amestecând cu lingura să se ia rumeneala de pe tavă. Sosul se strecoară peste biftec. Se serveşte fierbinte cu cartofi prăjiţi.

CARNE DE VIŢEL

255. VIŢEL CU CIUPERCI

750 g carne, 400 g ciuperci, 1 lingură unt sau untură, 1 linguriţă făină, 1 păhărel vin, 1 ceaşcă zeamă de carne sau apă, 1 linguriţă bulion, 1 ceapă mică, sare.

Se taie camea de viţel în bucăţele potrivite. Se pun într-o cratiţă să se prăjească cu o lingură de unt sau de untură şi o ceapă tăiată mărunt. Se spală ciupercile şi se taie în feliuţe subţiri. Când carnea este bine rumenită, se pun ciupercile şi se amestecă uşor cu o lingură de lemn, până ce încep să piardă din umezeală. Se presară cu făină şi se amestecă din când în când cu lingura la foc potrivit, până ce începe şi făina să se îngălbenească. Se toarnă vinul şi zeama de carne, în care s-a amestecat o lingură de bulion de roşii. Se potriveşte de sare. Se acoperă, se dă la cuptor, se ţine să fiarbă la foc potrivit.

256. TOCANĂ DE VIŢEL

1 kg carne, 1 lingură untură, 1 ceapă, 1 linguriţă făină, 1 păhărel vin, 2 — 3 ceşti zeamă de carne, 1 lingură bulion, 1 căţel de usturoi, sare, piper.

Se taie carnea de viţel în bucăţi potrivite. Se pun într-o cratiţă să se prăjească cu o lingură de untură. Se adaugă o ceapă tăiată mărunt şi o lingură de făină. Când făina s-a îngălbenit, se toarnă încetul cu încetul vinul şi zeama de carne. Se adaugă bulionul de roşii, un căţel de usturoi sfărâmat, sare, piper. Se acoperă, se dă la cuptor să fiarbă la foc potrivit o oră şi jumătate. Mâncarea trebuie să fie scăzută. Se serveşte cu garnitură de pâine prăjită în unt.

257. PAPRICAŞ DE VIŢEL

1 kg carne, 3 cepe mijlocii, 2 ardei graşi, 1 linguriţă făină, 1 linguriţă boia de ardei, 1/2 lingură bulion, 2 linguri untură, sare. Pentru găluşte: 1 lingură unt sau untură, 1 ou, 2 linguri făină, 1 lingură apă, sare.

Se pune carnea ca mai sus să se prăjească cu ceapa tăiată felii subţiri. Când ceapa s-a îngălbenit, se adaugă boia de ardei, bulionul subţiat cu apă şi cei doi ardei graşi. Se pune zeamă de carne sau apă, atât cât să acopere carnea. Se dă la cuptor să fiarbă acoperit. Se serveşte cu găluşte de făină (v. 234).

258. VIŢEL CU DOVLECEI

750 g carne, 1 lingură unt sau untură, 1 ceapă, 1 linguriţă făină, 4 dovlecei frumoşi sau 50 dovlecei în floare, 1 linguriţă mărar tocat, 2 linguri smântână, sare.

Se prăjeşte carnea de viţel în unt sau în untură, cu ceapă şi puţină făină. Se adaugă apă şi se lasă să fiarbă înăbuşit. Se rad dovleceii de coajă. Cei mici în floare se lasă întregi, cei mari se taie în patru în lung, apoi în bucăţi de 5 — 6 cm. Se prăjesc în puţină grăsime. Când carnea este pe jumătate fiartă, se pun dovleceii şi mărarul, se dă cratiţa la cuptor şi se lasă să fiarbă înăbuşit până ce dovleceii sînt gata. Dovleceii prea fierţi se sfărâmă uşor. După gust, înainte de a se servi, se pot adăuga două linguri de smântână.

259. CIULAMA DE VIŢEL

1 kg carne, 1 l apă, 1 morcov, 1 ceapă, 1 pătrunjel, 1 lingură unt, 1 lingură făină, sare.

Se taie carnea în bucăţele potrivite. Se pune la fiert cu un litru de apă rece şi sare. Carnea trebuie să fie acoperită cu apă. Când dă în clocot, se ia spuma de 2 — 3 ori. Se adaugă un morcov, o ceapă şi o rădăcină de pătrunjel. Se lasă să fiarbă încet. Cratiţa se ţine pe trei sferturi acoperită. Separat, într-o cratiţă, se prăjeşte, fără să se rumenească, o lingură de făină cu o lingură bună de unt. Se stinge cu zeama în care a fiert carnea. Se lasă să dea câteva clocote. Sosul trebuie să fie gros ca o smântână şi fără nici un cocoloş. Se toarnă sosul peste carne, după ce s-a scos zarzavatul, se ţine fierbinte pe foc, fără să fiarbă. Dacă mâncarea nu este servită imediat, se ţine cratiţa în apă fierbinte, iar deasupra se pun câteva bucăţele de unt proaspăt, ca să nu se formeze pieliţă. După gust, se pot adăuga în ciulama şi ciuperci tăiate şi înăbuşite în unt. Mâncarea devine mai gustoasă.

260. PIEPT DE VIŢEL UMPLUT

1,500 kg carne, 1 lingură pesmet, 3 cepe, 1 căţel usturoi, 1 linguriţă vin alb, 1 ou, verdeaţă, sare, piper, 1 lingură untură.

Se alege o bucată de carne de la piept. Se scot oasele cu grijă, ca să nu se sfărâme carnea, trăgându-le pe rând pe fiecare, sau folosind un. cuţit dacă nu ies singure. Se taie astfel carnea pe margini, încât să capete o formă dreptunghiulară, cam de 30 cm lungime pe 20 cm lăţime. Se introduce un cuţit ascuţit de bucătărie în partea mai largă a pieptului, despărţind carnea în două, pentru a forma un fel de buzunar, lăsând pe celelalte trei parţi carnea netăiată pe o distanţă de 2 cm. La carnea tăiată de pe margini, se mai adaugă puţină carne de vacă (dacă avem) şi se trece prin maşina de tocat. Castronul în care se pregăteşte umplutura se freacă bine cu un căţel de usturoi tăiat în două. Se pune carnea, o lingură de pesmet, o ceapă tocată şi prăjită uşor în unt, o linguriţă de vin alb, sare, piper, puţină frunză de pătrunjel tocată şi un ou. Se amestecă totul bine, se umple pieptul şi se coase cu 2—3 împunsături. Se apasă puţin pe dinafară, pentru a avea o grosime egală. Se unge pieptul cu puţină grăsime, se aşază în

cratiţă cu felii de ceapă, se acoperă, se dă la cuptor la foc potrivit. Când totul începe să se rumenească, se adaugă apă sau zeamă de carne, până la jumătatea cărnii. Se fierbe înăbuşit două ore. Când este aproape gata, se unge zeama din cratiţă şi se mai lasă puţin să capete culoare. Se scot aţele, iar după ce s-a răcorit puţin, se taie şi se serveşte cu sosul din cratiţă scurs de grăsime şi cu garnitură de macaroane sau de piure de cartofi.

261. PULPĂ DE VIŢEL LA TAVĂ
1,500 kg carne, 1 lingură untură, sare.

Se alege o pulpă cam de 1,500 kg. Se dă sare, se ţine o jumătate de oră, se pune apoi în tavă, se unge cu unt sau cu untură şi se dă la cuptor la foc potrivit. Se ţine o oră şi jumătate. Se unge din timp în timp cu zeama pe care o lasă. Se taie felii, se serveşte cu cartofi sau cu legume şi cu sosul din cratiţă scurs de grăsime şi fiert cu o Iingură de apă.

262. PULPĂ DE VIŢEL ÎMPĂNATĂ
1,500 kg carne, 50 g slănină, 2 cepe, 1 lingură untură, 1 păhărel de vin alb, 3 ceşti zeamă de carne, sare.

Se alege o pulpă cam de 1,500 kg. Se sărează. Se împănează cu bucăţi de slănină. Se aşază pulpa în tavă cu felii de ceapă, se unge cu unt sau cu untură şi se dă la cuptor. După un sfert de oră, se adaugă vinul şi după ce acesta a scăzut, se toarnă zeama de carne. Se acoperă şi se lasă să fiarbă o oră. Se scoate apoi capacul, se mai ţine o jurnătate de oră, udând friptura la fiecare 10 minute. Când a prins culoare, se scoate şi, ca să nu piardă tot sucul, se lasă puţin la o parte înainte de a o tăia. Se scurge grăsimea, iar sosul se serveşte lângă friptură, cu garnitură de macaroane, cartofi etc.

263. FRIPTURĂ DE VIŢEL DE LA RINICHI
1,500 kg carne, 1 lingură untură, sare.

Se alege o bucată de carne cu rinichi. Se desprinde rinichiul, scoţând grăsimea dimprejur. Cu un cuţit ascuţit se desfac oasele, iar carnea se bate uşor cu latul unui satâr. Se întinde apoi carnea pe fund, se aşază rinichiul la loc, se dă puţină sare, se rulează carnea în jurul rinichiului şi se înveleşte totul într-o fâşie subţire de grăsime scoasă de la rinichi. Se leagă cu aţă. Se pune într-o tavă la cuptor cu o lingură de untură, se frige ca şi viţelul la tavă (v. 261). Se serveşte cu macaroane, cu cartofi sau cu diferite zarzavaturi. Sosul din cratiţă, după ce s-a scurs grăsimea, se lasă să fiarbă cu două Iinguri de apă. Se strecoară şi se serveşte în sosieră.

264. RULADE DE VIŢEL
1 kg carne macră, 1 felie pâine, 100 g slănină, 1 ou, sare, piper, 2 cepe, 1 morcov, 1 lingură untură, 1 păhărel de vin alb.

Se taie carnea felii ca pentru şniţele, de 1 cm grosime. Se bat cu ciocanul de lemn pentru a se subţia aproape la jumătate, fără însă să se rupă. Se taie marginile cu cuţitul, astfel încât bucăţile obţinute să aibă aceeaşi mărime, cam de 10 cm pe 15 cm. Resturile de carne, ca un sfert de kilogram, se dau de două ori prin maşină, împreună cu o bucăţică de miez de pâine muiat în lapte şi stors şi 100 g de slanină proaspătă. Se amestecă bine într-un castron, împreună cu un ou, sare piper. Se udă un fund de lemn şi se aşază bucăţile de carne una lângă alta. Pe fiecare bucată se pune o cantitate egală de umplutură, care se întinde cu un cuţit ud, apoi se rulează şi se leagă cu aţă. Se aşază într-o cratiţă felii subţiri de ceapă, cu o lingură de untură, iar peste ele un rând de felii de morcov. Se pun ruladele deasupra, una lângă alta, nu însă prea strânse. Se dau la cuptor, până încep să se rumenească. Se toarnă apoi un păhărel de vin şi, dacă este, zeamă de carne. Se acoperă şi se lasă să fiarbă înăbuşit un ceas şi un sfert. Se scoate capacul şi se udă de câteva ori carnea cu sosul scăzut din cratiţă. Se scot ruladele, se desfac aţele, se ţin la cald. Se scurge grăsimea din cratiţă; în sosul care a mai rămas, se adaugă două Iinguri de apă şi se lasă la foc iute să dea câteva clocote. Se trece prin sită, se toamă peste rulade. Se servesc cu macaroane sau cu piure de legume.

265. ŞNIŢEL VIENEZ
750 g carne, 1 lingură făină, 2 ouă, 2 linguri pesmet, 2 linguri untură (se poate amesteca cu ulei), sare.

Una din condiţiile pentru ca şniţelul să reuşească bine este ca bucăţile de carne să nu fie tăiate în lungul fibrelor, ci în curmeziş. Se taie carnea felii de 1 cm grosime. Se bat uşor cu ciocanul de lemn, astfel încât să fie subţiate aproape la jumătate. Se sărează. Se dau în făină, în ou bătut şi apoi în pesmet foarte fin. Se înfierbântă o lingură de untură şi o lingură de ulei într-o tigaie. Când grăsimea este foarte fierbinte, se pun şniţelele să se rumenească pe o parte, apoi se întorc pe cealaltă parte. După ce se rumenesc frumos pe ambele părţi, se aşază pe o farfurie fierbinte şi se servesc cu mai multe feluri de legume. ca: fasole, mazăre, cartofi, piure de spanac, sfeclă roşie.

266. ŞNIŢEL NATUR
1 kg carne, 1 lingură făină, 2 linguri untură, sare.

Se pregăteşte la fel ca şniţelul vienez, se dă însă numai în făină, fără ou şi pesmet. Se serveşte la fel.

267. COTLETE DE VIŢEL PANE
6 cotlete, 1 lingură făină, 2 ouă, 2 linguri pesmet, 2 linguri untură, sare.

Se taie cotletele groase de 2 cm. Se îndepărtează bucăţica de os de la şira spinării şi pieliţa din lungul osului. Se scurtează şi costiţa dacă este prea lungă. Se sărează. Se dau prin făină, ou şi pesmet. Se

prăjesc ca şi şniţelul vienez. Se servesc cu cartofi, sau cu alte legume.

268. PICIOARE DE VIŢEL RASOL

3 — 4 picioare de viţel (circa 1,500 kg), 2 l apă, 1 lingură oţet, 1 foaie de dafin, 1 pătrunjel, sare.

Se curăţă bine picioarele şi se spală în mai multe ape. Se pun într-o cratiţă cu apă rece şi se ţin la foc pînă începe să se formeze spumă. Se dau la o parte şi se spală imediat cu apă rece. Se pun la fiert într-o cratiţă cu 2 l de apă cu sare, o lingură de oţet sau de zeamă de lămâie, o frunză de dafin, şi o rădăcină de pătrunjel. Se pun picioarele la fiert şi se ţin două ore să fiarbă continuu, dar în clocote mici. Se servesc foarte fierbmţi, cu mujdei de usturoi sau cu sos de muştar, sos de roşii etc. Pentru ca picioarele să rămînă albe la fiert, se obişnuieşte ca în apa în care se fierb, să se pună o lingură de grăsime şi o lingură de făină, care se moaie cu puţină apă rece, amestecând bine pentru a nu se forma cocoloşi. După ce picioarele au fiert şi zeama s-a răcit, se strânge grăsimea şi se întrebuinţează la alte mîncări.

269. PICIOARE DE VIŢEL CU SOS

Aceleaşi cantităţi ca mai sus. Pentru sos: 1 lingură de unt, 1 lingură făină, 2 ceşti de zeamă, 1 gălbenuş, 1 linguriţă zeamă de lămâie, 100 g ciuperci, sare.

Se fierb picioarele de viţel ca mai sus. Când sunt bine fierte se scot oasele. Între timp se pregăteşte un sos de făină, bătut cu gălbenuş de ou şi puţină zeamă de lămâie (v. 64), se pune într-o cratiţă împreună cu picioarele de viţel şi câteva ciuperci tăiate felii şi înăbuşite în unt. Se ţine mîncarea fierbinte pe maşină, fără să dea în clocote. Se serveşte foarte fierbinte.

270. TUSLAMA DE BURTĂ

1 kg burtă, 1 picior de viţel, zarzavat de supă, 1 foaie de dafin, 1 lingură untură, 2 morcovi mijlocii, 1 linguriţă făină, 1 gălbenuş, 1 linguriţă oţet sau zeamă de lămâie.

Se spală în mai multe ape şi se curăţă cu sare până rămân albe, o bucată de burtă şi un picior de viţel. Se pun la fiert în apă, cu un morcov, un pătrunjel, o ceapă şi o foaie de dafin. Când sunt gata, se scot din apă şi după ce s-au răcorit, se taie în bucăţele potrivite, atât burta, cât şi carnea de pe picior. Se aşază într-o cratiţă. Separat se prăjesc uşor în untură doi morcovi daţi pe răzătoare. Se adaugă puţină făină. Se stinge cu zeamă în care a fiert burta. Se lasă să fiarbă înăbuşit, se trece sosul prin sită, se bate cu un gălbenuş, se adaugă zeamă de lămâie sau oţet şi se toarnă în cratiţă peste burtă. Se lasă să mai fiarbă împreună, dar la foc mic, pentru ca oul să nu se taie. Se serveşte fierbinte.

CARNE DE MIEL ŞI DE BERBEC

271. STUFAT DE MIEL

750 g carne, 40 fire ceapă verde, 20 fire usturoi verde, 2 linguri untură, 1 linguriţă de făină, 1 pahar de borş sau 2 linguri oţet, 1 lingură bulion, sare.

Se taie carnea de miel în bucăţi potrivite care se prăjesc cu o lingură de grăsime. Se adaugă un praf de făină. Separat se opăresc firele de ceapă şi de usturoi verde. Se înnoadă fiecare fir în formă de opt. Se prăjesc uşor în puţină untură, fără să se îngălbenească. Se pun în cratiţa cu carne, se adaugă un pahar de borş fiert şi limpezit, îndoit cu apă, sare, bulion de roşii. După ce a început să fiarbă, se dă la cuptor şi se lasă să fiarbă înăbuşit, până scade cât trebuie. Mai puţin aspectuoasă, dar la fel de gustoasă, se poate face mâncarea tăind ceapa şi usturoiul în bucăţele, în loc să fie înnodate.

272. MIEL CU SPANAC

750 g carne, 2 kg spanac, 1 linguriţă făină, 2 linguri untură, 1 ceapă, 1 lingură bulion, sare.

Se prăjesc în untură bucăţile de carne cu o ceapă tăiată mărunt şi se adaugă un praf de făină. Se curăţă spanacul, se spală în mai multe ape, se opăreşte şi se scurge bine. Se pune în cratiţa cu carne, se adaugă bulionul, puţină apă şi sare. Se acoperă şi se dă la cuptor o jumătate de oră. Dacă scade tare, se mai adaugă puţină apă. Se pot adăuga şi câteva felioare de lămâie, după dorinţă.

273. MIEL CU MĂCRIŞ

Aceleaşi cantităţi ca la "Miel cu spanac", în plus o linguriţă de zeamă de lămâie.

Se pregăteşte la fel ca mielul cu spanac. Când este aproape gata, se adaugă puţină zeamă de lămâie.

274. ANGHEMAHT DE MIEL

1 kg carne, 1 l apă, 1/2 lingură unt, 1/2 lingură făină, 6 felii de lămâie, sare.

Se pregăteşte la fel ca anghemahtul de pui (v. 328).

275. CIULAMA DE MIEL

Se folosesc aceleaşi cantităti ca la "Ciulama de viţel".

Se pregăteşte la fel cu ciulamaua de viţel (v. 259).

276. MIEL CU CIUPERCI

750 g carne, 400 g ciuperci, 1 lingură unt sau untură, 1 ceapă mică, 1 ceaşcă zeamă de carne sau apă, 2 linguri smântână, 1 linguriţă făină, puţin piper, sare.

Se prăjesc în aceeaşi cratiţă, cu o lingură de unt sau de untură, bucăţile de carne, o ceapă tăiată mărunt şi ciupercile spălate şi tăiate felii subţiri. Se adaugă sare. Când începe totul să se rumenească, se

toarnă zeamă de carne şi se lasă să scadă. Dacă mâncarea este prea scăzută, se mai adaugă puţină zeamă de carne sau apă. Cu un sfert de oră înainte de a servi, se amestecă smântâna cu făina şi piperul, se toarnă peste mâncare şi se lasă să dea 2—3 clocote.

Se poate pregăti aceeaşi mâncare fierbând separat ciupercile tăiate felii. Se pun în mîncare odată cu smântâna şi se lasă să dea împreună câteva clocote.

277. DROB DE MIEL

Vezi la „Tocături" (v. 225).

278. FRIPTURĂ DE MIEL

2 kg carne de miel, 1 lingură untură, sare.

Se spală carnea de miel, se dă sare şi se lasă să stea o jumătate de oră. Se aşază într-o tavă, cu spatele în sus. Se dă la cuptor, la început la foc moale. Se unge din timp în timp cu grăsime. La sfârşit se întăreşte focul şi nu se mai atinge, ca să se rumenească frumos şi să se întărească bine coaja. Se taie repede pe fund de lemn şi se aşază bucăţile pe farfurie. Sosul care a rămas în tavă se curăţă de grăsime, se pune să fiarbă cu o lingură de apă, amestecând pentru ca să se ia rumeneala de pe fund. Se trece prin sită şi se serveşte separat. Nu se toamă peste friptură, pentru ca să nu se moaie coaja. Se serveşte cu cartofi prăjiţi şi cu salată verde.

279. MIEL PANE

1,500 kg carne de miel, 2 ouă, 1 lingură făină, 2 linguri pesmet, 3 linguri untură, sare.

Se spală bucata de miel, se taie în bucăţi late de 2 — 3 degete. Se sărează şi se ţin 20 de minute. Se dau în făină, apoi în ou şi la urmă în pesmet. Se prăjesc în untură fierbinte sau în unt amestecat cu ulei (la o lingură de unt, două 1 linguriţe de ulei). Se servesc cu legume şi salată verde.

280. MIEL LA GRATAR

1,500 kg carne de miel, 1 felie de slănină sau 1 linguriţă de untură, sare.

De la un miel gras se aleg pulpele şi capul pieptului, adică 1 bucata dintre umărul din faţă până la deşert. Se curăţă carnea de pe oase, se taie bucăţi de mărimea unui biftec şi se dă sare. Se încinge grătarul, se unge cu o bucată de slănină sau cu o pană muiată în untură şi se aşază bucăţile de carne. Se lasă să se rumenească frumos pe ambele părţi. Se servesc cu cartofi prăjiţi.

281. PULPĂ DE BERBEC LA TAVĂ

2 kg pulpă, 50 g slănină, 1 căpăţână usturoi, 1 lingură untură, sare.

Se alege totdeauna carne de berbec tânăr şi care nu miroase.

Totuşi, carnea de berbec nu se întrebuinţează niciodată prea proaspătă şi se ţine cel puţin 2 — 3 zile după ce animalul a fost tăiat, la un loc răcoros şi bine aerisit, iar iarna se păstrează 5 — 6 zile. Se curăţă pulpa de pieliţe şi mai ales de grăsime, care are un gust neplăcut. Se curăţă, însă numai cu o oră înainte de pregătire. Pulpa pregătită pentru fript se împănează sau nu cu slănină şi usturoi, după gust. Se sărează şi se aşază în tavă. Se ţine astfel o jumătate de oră, se dă apoi la cuptor, la foc potrivit. Cât stă la cuptor, se unge din când în când cu zeama din tavă, până se frăgezeşte, iar la sfârşit se unge cu untură. Când este gata, se taie felii, iar sosul se curăţă de grăsime, se fierbe cu puţină apă şi se serveşte separat. Garnitura obişnuită la friptura de berbec este fasolea boabe sau. piureul de fasole.

282. COTLETE DE BERBEC LA TIGAIE
6 cotlete, 1 lingură untură, sare, piper.

Se taie cotletele de grosimea degetului. Se curăţă de grăsime şi de pieliţa din lungul osului. Se bat mai ales pentru a li se da o formă. Se dă sare şi piper. Se frig pe ambele părţi în untură fierbinte. Se servesc cu garnitură de fasole boabe.

283. COTLETE DE BERBEC LA GRATAR
6 cotlete, 1 linguriţă ulei, sare, piper.

Se taie cotletele şi se pregătesc ca mai sus. Se ung cu ulei şi se ţin câteva minute. Se pun pe grătarul încins bine, se frig pe ambele părţi, se sărează când sunt aproape gata. Se servesc cu fasole boabe.

CARNE DE PORC

284.TOCANĂ DE PORC

Se pregăteşte la fel ca tocana de vacă (v. 233).

285. CARNE DE PURCEL CU VARZĂ

Se pregăteşte la fel ca varza cu carne de vacă (v. 245 — 246).

286. SARMALE CU CARNE DE PURCEL

Vezi 221 — 222 .

287. VARZĂ ACRA CU COSTIŢA AFUMATĂ

1 varză murată cam de 1 kg, 300 g costiţă afumată, 3 linguri untură, 1 linguriţă boia de ardei, 10 boabe piper, sare.

Se taie o varză mare, murată, în felii. Dacă este prea acră, se spală într-o apă sau două şi se scurge bine. Se taie costiţa afumată cu şorici cu tot, în felii groase de un deget. Dacă slănina este prea sărată, se va ţine câtva timp în apă. Se aşază pe fundul cratiţei unsă cu grăsime un rând de felii de varză, apoi un rând de slănină, urmând aşa până se termină varza şi slănina. Se adaugă o ceaşcă de apă şi untură. Această mâncare nu este gustoasă decât grasă şi bine scăzută. Trebuie să fiarbă înăbuşit cel puţin trei ore. Când este aproape gata, se adaugă câteva boabe de piper şi, după gust, puţină boia de ardei. Dacă în timpul fiertului scade prea tare, se adaugă puţină apă. Este mult mai gustoasă încălzită a doua zi. Se răstoarnă ca o budincă.

288. LINTE CU COSTIŢĂ AFUMATĂ

500 g linte, 300 g costiţă afumată, 1 ceapă, 1 căţel de usturoi, 1 lingură untură, 1 lingură bulion, 1 foaie de dafin, sare.

Se alege lintea, se spală şi se pune într-o cratiţă cu apă rece să fiarbă pe jumătate, în clocote mici. Se prăjeşte uşor, cu o lingură de untură, o ceapă tăiată mărunt şi se aşază aceeaşi cratiţă cu lintea şi cu costiţa tăiată bucăţi. Se lasă să fiarbă circa o oră la foc potrivit. Se adaugă puţin bulion de roşii, un fir de usturoi, o frunză de dafin sau o crenguţă de cimbru şi sare cât trebuie. Se acoperă, se dă la cuptor şi se mai ţine un sfert de oră. Aceeaşi mâncare se poate pregăti şi cu fasole boabe.

289. PULPĂ DE PORC LA CUPTOR
2 kg pulpă, 1 linguriţă chimen, sare.

Se sărează un but de porc (pulpa dinapoi) şi se lasă să stea o jumătate de oră. Se aşază într-o tavă, se toarnă 2 — 3 linguri de apă şi se presară cu puţin chimen. Se pune la cuptor, la foc potrivit. Se unge din când în când cu zeama din tavă. Dacă aceasta scade, se mai adaugă o lingură sau două de apă. Nu se pune untură la fript, carnea de porc fiind grasă. Trebuie bine friptă, altfel se digeră greu. Se ţine la cuptor cam două ore şi jumătate. Se taie felii, se serveşte cu sosul din tavă, curăţit de grăsime şi strecurat, şi cu cartofi prăjiţi. Când purcelul este tânăr, se pune la fript cu şoriciul, acesta crestându-se în formă de pătrate mici, cu un cuţit ascuţit. Dacă în timpul friptului şoriciul se rumeneşte prea tare, se acoperă cu o hârtie albă. Când friptura este gata, înainte de a o tăia, se desprind cu un cuţit pătratele de şorici rumenite. Se aşază pe aceeaşi farfurie cu fripura tăiată felii.

290. COTLETE DE PURCEL LA GRĂTAR
6 cotlete, 1 linguriţă de untură sau 1 felie slănină, sare.

Se taie cotletele de grosimea degetului. Când sunt prea grase, se curăţă de grăsime, se taie apoi bucăţile de oase dinspre şira spinării şi se scurtează costiţele dacă sunt prea lungi. Se dă sare şi se ţin aşa o jumătate de oră. Se frig pe grătarul bine încins şi uns cu puţină slănină crudă. Se servesc cu legume.

291. FELII DE PARIZER PANE
12 felii de parizer, 1 lingură făină, 1 ou, 2 linguri pesmet, 2 linguri untură (sau ulei).

Se taie feliile de parizer potrivit de groase şi se îndepărtează pieliţa dimprejur; se dau prin făină, prin ou bătut şi pesmet şi se rumenesc frumos în untură amestecată cu ulei. Se servesc cu cartofi.

CREIER, LIMBĂ, FICAT, RINICHI

292. CREIER FIERT
2 creieri de vacă sau 3 creieri de viţel, 11 apă, 1 lingură otet, sare.

Înainte de a fi curăţit, creierul trebuie ţinut cel puţin o oră în apă rece, ca să iasă tot sângele şi cheagurile care s-ar înnegri la fiert. Se schimbă apa odată sau de două ori. Se scoate, se curăţă pieliţa de deasupra, încet ca să nu se sfărâme, se mai spală odată şi se pune la fiert în apă călduţă, cu sare şi foarte puţin oţet. Se lasă să fiarbă în clocote mici 20 minute. Se scurge. Se serveşte fierbinte, întreg sau tăiat felii, cu unt topit şi puţin rumenit, lămâie sau sos de roşii.

293. SALATĂ DE CREIER

Vezi 13.

294. CREIER PANE

1 creier de vacă sau 2 creieri de viţel, 1 lingură făină, 2 ouă, 2 linguri pesmet, 2 linguri unt sau untură, sare.

Se fierb creierii ca mai sus. Se lasă să se răcească în apa lor. Se scurg, se taie de grosimea degetului. Se dau prin făină, ou şi pesmet şi se prăjesc în unt sau în untură fierbinte. Se servesc cu garnitură de mazăre boabe, cu fasole verde sau cu sos de roşii. Se poate pregăti pane şi creierul nefiert.

295. CREIER CU ROŞII LA CUPTOR

1 creier de vacă sau 2 creieri de viţel, 150 g ciuperci, 4 roşii frumoase, 2 linguri unt, 1 lingură pesmet, 1 lingură brânză rasă, sare.

Se curăţă creierul şi se fierbe (v. 292). Se taie felii subţiri. Se curăţă de asemenea câteva ciuperci, se taie felii şi se înăbuşă în unt. Se pune sare. Se unge cu unt o formă rezistentă la foc, se aşază un rând de felii de creier, un rând de roşii tăiate felii subţiri şi fără coajă, un rând de ciuperci şi din nou un rând de creier. Se toarnă deasupra unt topit, se presară pesmet şi brânză rasă şi se dă la cuptor. Se ţine pînă se rumeneşte.

296. LIMBĂ RASOL

1 limbă cam de 1 kg, 3 l apă, 2 cepe, 1 pătrunjel, 10 boabe piper, 1 foaie de dafin, sare.

Se spală limba în mai multe ape, frecând-o cu puţin mălai pentru a se lua toată murdăria dintre pori. Se scoate gâtlejul şi se ţine limba cel puţin o oră în apă rece, înainte de a fi pregătită. Se pune la fiert într-o oală cu apă rece. Când începe să dea în clocot, se ia spuma, se adaugă zarzavatul, foaia de dafin, sare, piper, se acoperă şi se lasă să fiarbă potolit timp de trei ore (limba de viţel şi cea de purcel fierb mai repede). Se curăţă fierbinte de piele, începând de la vârf, trăgând uşor şi ajutându-ne cu un cuţit mic. Se serveşte fierbinte cu sos de hrean, de roşii sau cu alt sos. Zeama în care a fiert poate servi la pregătirea unei supe de zarzavat.

297. LIMBĂ CU SOS DE SMÂNTÂNĂ

Aceleaşi cantităţi ca mai sus, în plus 1 ceapă, 1 lingură unt, 1 linguriţă făină, 1 ceaşcă smântână, sare.

Se fierbe limba ca mai sus, se curăţă de pieliţă, se taie felii şi se aşază în cratiţă. Se prăjeşte în unt o ceapă tăiată mărunt. Când ceapa a început să se îngălbenească, se adaugă făina. Se stinge cu o ceaşcă din zeama în care a fiert limba, se face un sos potrivit de gros, se adaugă smântâna, se toarnă peste limbă şi se lasă să mai fiarbă 10 minute la foc mic.

298. LIMBĂ CU SOS DE ROŞII

Aceleaşi cantităţi ca la "Limba rasol", în plus 1 ceapă, 1 lingură unt, 1 linguriţă făină, 2 linguri bulion, 1 linguriţă zahăr, sare.

Se fierbe limba şi se pregăteşte sosul ca pentru "Limbă **cu** sos de smântână" înlocuind smântâna cu bulion de roşii şi adăugând o linguriţă de zahăr.

299. LIMBĂ RECE CU MĂSLINE

Aceleaşi cantităţi ca la "Limbă rasol", în plus 2 linguri ulei, 2 cepe, 1 linguriţă făină, 2 linguri bulion, 1 păhărel de vin, 200 g măsline, sare.

Se pregăteşte la fel ca limba cu sos de smântână, înlocuind untura cu ulei, smântâna cu bulion, iar la ultimele clocote se adaugă măslinele spălate şi fierte cinci minute în apă. Se serveşte rece.

300. LIMBĂ UMPLUTĂ

AceIeaşi cantităţi ca la "Limba rasol", în plus 1 felie de pâine, 1 ou (sau 1 lingură făină), 1 linguriţă de verdeaţă tocată, sare, piper, 1 1/2 lingură unt sau untură, 1/2 lingură făină, 2 linguri smântână.

Se fierbe Iimba. Se curăţă de piele şi se taie grăsimea şi carnea dinspre gâtlej, astfel încât să capete o formă. Se desface limba în lungime, în două, cu un cuţit, se scoate puţină carne dinăuntru, se dă prin maşină împreună cu grăsimea, cu carnea scoasă de la gâtlej şi cu miezul de la o felie de pâine muiat în lapte şi bine stors. Se adaugă un ou, sare, piper şi verdeaţă tocată. Se umple limba şi se leagă cu aţă ca să nu iasă umplutura. Se pune într-o tavă la cuptor, cu o lingură de unt, şi se toarnă deasupra, din când în când, câte puţin din zeama în care a fiert limba. Se ţine astfel să fiarbă înăbuşit încă o jumătate de oră. Separat se prăjeşte uşor 1/2 lingură făină în tot atîta unt. Se stinge cu o ceaşcă de zeamă în care a fiert limba. Se amestecă smântâna. Se face un sos nu prea gros, care se toarnă peste limbă. Se lasă să dea împreună câteva clocote. Înainte de a servi se scot aţele. Se taie limba felii şi se aşază pe farfurie astfel, încât să pară întreagă. Se serveşte fierbinte.

301. LIMBĂ PANE

Aceleaşi cantităţi ca la “Limba rasol”, în plus 1 lingură făină, 2 ouă, 2 linguri pesmet, 2 linguri untură.

Se fierbe limba, se curăţă de piele şi se taie felii subţiri, Se dau prin făină, ou şi pesmet şi se prăjesc la fel ca şniţelul vienez (v. 265).

302. FICAT DE VIŢEL ÎNĂBUŞIT

750 g ficat, 50 g slănină, 1 lingură unt, 1 lingură făină, 1 păhărel de vin, 1 lingură bulion (sau 4 roşii), 2 ceşti zeamă de carne, sare, piper, foaie de dafin, 1 fir de pătrunjel verde, 1 fir de cimbru.

Se curăţă ficatul de pieliţa de deasupra. Se împănează cu câteva bucăţele de slănină. Se freacă cu puţin piper. Sare se pune numai la urmă, când ficatul este gata, deoarece altfel se întăreşte la foc. Se şterge cu o cârpă curată uscată, se pune într-o cratiţă cu jumătate lingură de unt să se prăjească pe ambele părţi câteva minute, la foc iute. Separat se rumeneşte o lingură de făină cu jumătate lingură de unt, se stinge cu zeamă de carne amestecată cu vin, în care se pun o frunză de dafin, un fir de cimbru şi unul de pătrunjel. Se adaugă o lingură de bulion sau roşii tăiate în două şi fără seminţe. După ce a fiert totul împreună se toarnă peste ficat şi se pune deasupra o foaie de hârtie unsă cu unt. Se acoperă şi se fierbe înăbuşit la foc mic. Când este gata, se aşază ficatul pe farfurie, se taie felii, iar sosul curăţit de grăsime se trece prin sită, se potriveşte de sare şi se toarnă deasupra.

303. BUDINCĂ DE FICAT

500 g ficat, 2 chifle, 1 ceapă mică, 150 g unt proaspăt, 2 ouă, sare, piper, 1 linguriţă de verdeaţă tocată, 2 linguri unt topit, 1 lingură pesmet.

Se curăţă ficatul de pieliţe şi de vine. Se dă de două ori prin maşină, împreună cu două chifle muiate în lapte şi bine stoarse şi o ceapă tocată mărunt şi rumenită în unt. Se freacă untul proaspăt până se face spumă şi se adaugă două gălbenuşuri. Se amestecă totul împreună cu ficatul şi se freacă bine câtva timp. Se adaugă sare, piper, frunză de pătrunjel tocată şi, după gust, un praf de enibahar sau magheran. La sfârşit se adaugă albuşul bătut spumă. Se unge o formă cu unt, se presară cu pesmet fin, se toamă compoziţia şi se coace la foc potrivit. Se răstoarnă, se serveşte cu sos de roşii sau de ciuperci.

304. ROŞII UMPLUTE CU FICAT

12 roşii frumoase, 250 g ficat, 3 chifle, 1 ceapă mică, 2 ouă, 50 g unt proaspăt, 2 linguri unt topit, sare, piper, 2 linguri smântână.

Se aleg roşii netede, frumoase, se taie capacul şi se scobesc înăuntru. Ficatul se taie felii şi se prăjeşte uşor în unt. Se trece apoi

prin maşina de tocat împreună cu trei chifle muiate bine în lapte şi stoarse. În untul rămas de la ficat se prăjeşte o ceapă tăiată mărunt, se amestecă cu tocătura, la care se mai adaugă gălbenuşurile,untul proaspăt, albuşurile bătute spumă, sare şi piper după gust. Cu această tocătură se umplu roşiile, se aşază în cratiţă, peste fiecare roşie se pune o bucăţică de unt şi se dă la cuptor, la foc bun. Miezul scos din roşii se fierbe, se trece prin sită şi se toarnă peste roşii, după ce acestea s-au rumenit puţin. Înainte de a servi se adaugă 2 — 3 linguri de smântână.

305. FICAT PRĂJIT ÎN TIGAIE

750 g ficat, 1 lingură făină, 1 praf de piper, 2 linguri unt sau untură.

Ficatul pentru prăjit nu trebuie spălat înainte, cel mult se poate ţine un sfert de oră în lapte şi apoi uscat bine într-o cârpă curată. Se taie în felii cât mai egale ca grosime, pentru ca să fie pătrunse egal de căldură. Se presară cu puţin piper, se dau prin făină şi se prăjesc în unt sau în untură fierbinte. Se ţin 10 minute, se întorc cu o furculiţă fără să fie împunse, pentru ca să nu iasă mustul. Ficatul nu este bun prea fript; cu cât se ţine mai mult la foc, cu atât pierde din gust şi din frăgezime. Când este aproape gata, se sărează. Se serveşte pe farfurii calde, cu legume şi cu un sos, după gust.

306. FICAT LA GRĂTAR

750 g ficat, 50 g unt proaspăt, 1 praf de piper, 1 linguriţă pătrunjel tocat, 1/2 lingură unt topit.

Se curăţă ficatul şi se taie felii cât mai egale ca grosime. Se presară cu puţin piper, se ung cu unt şi se pun la fript pe grătarul încins, la foc potrivit, ţinându-se 10 — 15 minute. În acest timp se mai ung odată şi se întorc de două ori pe o parte şi pe alta. Se sărează. Ficatul prea fript pierde din gust şi din frăgezime. Trebuie servit imediat. Când este gata, se aşază pe o farfurie fierbinte, se pune pe fiecare felie de ficat o bucăţică mică de unt proaspăt cu puţină verdeaţă. Se serveşte cu garnitură de legume şi salată.

307. FRIGĂRUI DE FICAT

750 g ficat, 1 lingură unt, 1 linguriţă ulei, 100 g slănină, 1 praf de piper.

Se curăţă ficatul, se taie în felii de grosimea degetului, iar fiecare felie în pătrate de circa 3 cm. Se dă puţin piper. Se înfierbântă o lingură de unt cu o linguriţă de ulei şi se pune ficatul numai o clipă până începe să se rumenească pe ambele părţi. Se dă la o parte şi se pun câte patru bucăţi pe o frigare mică, alternând cu felii de slănină. Se înfierbântă grătarul şi se aşază frigăruile. Se frig 15 minute pe foc potrivit. Se sărează când sunt aproape gata. Se servesc cu legume şi salată.

308. MÂNCARE DE RINICHI

6 rinichi de purcel, sau 2 rinichi de viţel, sau 1 rinichi de vacă, 3 cepe mijlocii, 2 linguri unt sau untură, 1 linguriţă făină, 1 ceaşcă zeamă de carne sau apă, 1 linguriţă bulion, 1 păhărel de vin, sare, piper.

Se curăţă rinichii de pieliţă, se spală în mai multe ape, se taie în două în lungime, se scoate grăsimea din mijloc, deoarece dă miros greu rinichiului. Cu cât rinichiul este de la un animal mai bătrân, cu atât trebuie curăţit mai atent ca să nu miroasă. Fiecare jumătate se taie în curmeziş, în felii de 5 — 6 milimetri. Rinichiul de vacă,

după ce este tăiat felii, se opăreşte cu apă clocotită şi se scurge bine. Apoi se spală cu apă amestecată cu oţet. Înainte de a fi pus pe foc, trebuie uscat cu un şervet.

Se taie mărunt ceapa şi se prăjeşte cu o lingură de untură. Când începe să se îngălbenească, se adaugă făina şi se amestecă până când începe să se rumenească. Se stinge cu zeamă de carne, se adaugă puţin bulion de roşii sau boia de ardei, sare şi piper. Se lasă să fiarbă 10 minute. Într-o tigaie se înfierbântă 1/2 lingură de untură, se pun feliile de rinichi bine şterse şi se ţin atât, cât să capete culoare, dar nu să se rumenească. În câteva minute sunt gata. Se pun în cratiţă cu sos, se adaugă vinul. Se ţin câteva minute pe maşină fără să fiarbă, până ce totul s-a încălzit bine şi rinichii s-au îmbibat cu sos. Rinichii nu trebuie ţinuţi niciodată mult la foc. Cu cât fierb mai mult, cu atât se întăresc.

309. MÂNCARE DE RINICHI CU CREIER

1 rinichi de viţel, 1 creier de viţel, pentru rest aceleaşi cantităţi ca mai sus.

Se curăţă rinichiul ca mai sus, se taie felii. Se curăţă de asemenea un creier de viţel, se spală şi se ţine 10 minute în apă clocotită, se scurge bine şi se taie în bucăţi de 3 — 4 cm. Se face un sos ca mai sus, se lasă să fiarbă. Se înfierbântă 1/2 lingură de untură, se pun feliile de creier şi de rinichi, bine scurse, se întorc pe ambele părţi până capătă culoare. Se scot cu lingura cu găuri, se pun în sos, se ţin câteva minute pe marginea maşinii, fără să fiarbă. Mâncarea se serveşte fierbinte.

310. MÂNCARE DE RINICHI CU CIUPERCI

1 rinichi de viţel, 250 g ciuperci, pentru rest aceleaşi cantităţi ca la “Mâncare de rinichi”.

Se pregătesc atât rinichii, cât şi sosul, ca pentru mâncarea de rinichi. Ciupercile se curăţă, se spală şi se taie felii. Se înăbuşă cu puţin unt. Se pun în sos cu câteva minute înaintea rinichiului. Se ţin pe marginea maşinii să se înfierbânte fără să fiarbă. Se serveşte fierbinte, cu felii mici de pâine prăjite în unt.

311. CIULAMA DE RINICHI

1 rinichi de vacă sau 2 rinichi de viţel, 2 linguri unt, 1 lingură făină, 2 ceşti zeamă de carne, sare, piper.

Se face un sos alb de făină, prăjind uşor o lingură de făină într-o lingură de unt, şi se stinge cu zeamă de carne. Se potriveşte de sare şi de piper. Se lasă să fiarbă încet, pe marginea maşinii, 20 de minute, adăugând, dacă este necesar, câte puţină zeama de carne, până ce sosul se leagă **ca o** smântână subţire.

Se curăţă rinichiul aşa cum s-a arătat la mâncarea de rinichi. Se taie felii subţiri şi se pun la foc într-o tigaie cu o lingură de unt. Nu se sărează. Se ţin numai câteva clipe, până capătă culoare, fără să se

rumenească. Se aşază feliile de rinichi în cratiţă cu sosul de făină şi se lasă să dea împreună un singur clocot. Se serveşte mâncarea foarte fierbinte.

312. RINICHI FRIPŢI, CU SOS DE MUŞTAR

2 rinichi de viţel, 1 lingură unt topit, 50 g unt proaspăt, 1 păhărel vin, 1 linguriţă muştar, 1 linguriţă pătrunjel verde tocat, 1 linguriţă zeamă de lămâie, sare, piper.

Se curăţă de pieliţe doi rinichi de viţel, se spală şi se usucă cu o cârpă. Se lasă întregi. Se înfierbântă într-o tavă o lingură bună de unt şi se pun rinichii să se rumenească la foc iute, pe ambele părţi. Se sărează. Se pot pune şi în cuptor, dacă acesta este bine încins. Se ţin circa 20 minute, astfel încât rinichii să nu fie nici prea fripţi, nici în sânge. Se scot pe o farfurie fierbinte, se taie iute felii subţiri şi se acoperă cu altă farfurie fierbinte. Se ţin la cald, dar numai câteva minute, până ce se pregăteşte sosul. Din timp se pregătesc la îndemână vinul, muştarul subţiat cu puţin vin, 2 — 3 bucăţele de unt proaspăt cât o nucă, o linguriţă de pătrunjel verde tocat, o linguriţă de zeamă de lămâie. După ce s-a scos rinichiul, se toarnă în tavă vinul şi se lasă să dea câteva clocote, în timp ce se taie rinichiul. Se adaugă în sos muştar, unt, pătrunjel, lămâie, sare, piper. Nu trebuie să fiarbă. Se toarnă peste rinichi. Se serveşte fierbinte, cu bucăţele de pâine prăjită în unt.

313. RINICHI PRĂJIŢI

2 rinichi de viţel, 1 lingură untură, sare, 12 feliuţe de pâine, 1 lingură unt.

Se curăţă rinichii, se taie felii destul de subţiri. Se înfierbântă o lingură de untură. Se usucă bine rinichii cu o cârpă şi se pun să se rumenească pe amândouă părţile 15 minute. Nu trebuie uscaţi, pentru a nu-şi pierde din frăgezime. Când sunt aproape gata, se sărează. Se servesc fierbinţi, cu felii de franzelă prăjită în unt.

314. FRIGĂRUI DE RINICHI DE PURCEL

6 rinichi de purcel, 50 g unt proaspăt, 1 Iinguriţă, pătrunjel verde tocat, sare, piper.

Se curăţă rinichii fără să se scoată grăsimea care îi înveleşte. Se taie în două în lungime, jumătăţile nu se desprind însă de tot. Se opăresc şi se usucă bine cu o cârpă. Se înfig pe frigărui de lemn sau de metal. Se ung cu unt şi se frig pe grătar la foc bun. Se scot de pe frigărui, iar pe fiecare rinichi se pune câte puţin unt, care a fost amestecat, fără să fie frecat spumă, cu un praf de sare, piper şi puţin pătrunjel tocat. Se servesc fierbinţi, cu legume şi salată.

315. UGER PANE

500 g uger, 2 l apă, 1 ceapă, 1 frunză de dafin, 5 boabe piper, sare, 1 lingură făină, 2 ouă, 2 linguri pesmet, 2 linguri untură.

Se fierbe ugerul până se frăgezeşte, în apă cu sare, o ceapă, frunză de dafin, şi piper. După ce s-a răcorit puţin, se taie ugerul în felii foarte subţiri, care se bat în făină, apoi în ou şi în pesmet şi se prăjesc frumos în untură fierbinte. Se serveşte cu cartofi, mazăre, fasole etc.

MÂNCĂRI ŞI FRIPTURI DE PASĂRE

316. PUI CU MAZĂRE VERDE

1 pui mare, 750 g mazăre boabe, verde, 1 lingură unt, 1 linguriţă făină, 1 linguriţă zahăr, sare, 1 linguriţă mărar verde, tocat.

Puiul curăţit se spală în mai multe ape şi se taie în şase sau opt bucăţi potrivite. Se înfierbântă untul şi se prăjesc uşor bucăţile de pui bine scurse de apă. Nu trebuie să se rumenească, ci să se îngălbenească frumos pe toate părţile. Se adaugă făina şi când şi aceasta este puţin îngălbenită, se pun 2 — 3 linguri de apă şi mazărea boabe. Se lasă să fiarbă înăbuşit, la foc potrivit. Când mazărea este pe jumătate fiartă, se pun sarea şi zahărul. Dacă între timp mâncarea scade prea tare, se mai adaugă câte o lingură de apă. Când este aproape gata, se pune mărar verde tocat fin.

317. PUI CU MAZĂRE PĂSTĂI

1 pui mare, 1 kg mazăre păstăi verzi, 1 ceapă mică, 1 linguriţă făină, 1 linguriţă zahăr, 1 linguriţă bulion, 1 lingură unt sau untură, sare.

Se curăţă păstăile de mazăre ca şi fasolea verde, se spală. Se prăjesc uşor bucăţile de pui în unt ca mai sus, adăugând o ceapă dată prin răzătoare, făina şi la sfîrşit păstăile de mazăre. Se mişcă cratiţa din când în când, ca să nu se ardă pe fund, sau se dă uşor cu o lingură de lemn. După ce au început şi păstăile să se moaie, se adaugă câte puţină apă, să fiarbă înăbuşit o jumătate de oră. Nu trebuie.să fiarbă prea mult, pentru ca să nu se sfărâme nici puiul, nici păstăile. Când este aproape gata, se adaugă sare, zahăr şi bulion. Se ţine la cuptor o jumătate de oră înainte de a fi dată la masă. Se poate servi şi cu smântână.

318. PUI CU FASOLE VERDE

1 pui mare, 1 kg fasole verde, 1 ceapă mica, 1 linguriţă făină, 1 linguriţă bulion, 1 lingură unt sau untură, 1 linguriţă pătrunjel verde, tocat, sare.

Se prăjesc uşor bucăţile de pui în unt sau în untură, se adaugă o ceapă dată pe răzătoare şi făina. Se curăţă fasolea. Dacă puiul este foarte tânăr, fasolea se fierbe separat, se scurge de apă atât cât trebuie pentru ca mîncarea să aibă sos. Se acoperă, se dă la cuptor o jumătate de oră. Dacă puiul este mai mare şi nu prea fraged, se aşază fasolea crudă peste puiul înăbuşit cu unt, se toarnă o ceaşcă bună de

apă sau de zeamă de carne şi se lasă să fiarbă acoperit. Dacă scade prea mult, se mai adaugă apă. Se pune bulion şi verdeaţă tocată.

Aceeaşi mâncare se poate face fără ceapă, iar când este gata, se adaugă 2 — 3 linguri de smântână.

319. PUI CU BAME

1 pui mare, pentru rest aceleaşi cantităţi ca la "Bame cu carne" (v. 240).

Se prăjesc uşor bucăţile de pui în unt sau în untură, se adaugă o ceapă tocată şi un praf de sare. Se pregătesc bamele ca pentru "Bame cu carne". Se pun în cratiţă cu bucăţile de pui, se adaugă sare, bulion sau roşii tăiate în două şi fără seminţe, şi 2 — 3 linguri de apă. Se lasă să fiarbă înăbuşit.

320. PUI CU DOVLECEI

1 pui mare, pentru rest aceleaşi cantităţi ca la "Viţel cu dovlecei" (v. 258).

Se prăjesc uşor bucăţile de pui în unt sau în untură, cu o ceapă tăiată mărunt şi făină. Se rad dovleceii, se taie în bucăţi potrivite, iar dacă sunt în floare, se lasă întregi. Se pun în cratiţă cu bucăţile de pui, se lasă să se rumenească circa un sfert de oră, se adaugă apoi câteva linguri de apă şi se fierb înăbuşit. Se pune sare. După gust se pot adăuga 2 — 3 linguri de smântână înainte de a servi la masă.

321. PUI CU CONOPIDĂ

1 pui mare, 2 conopide mijlocii, 1 ceapă, 1 lingură unt sau untură, 1 lingură făină, 2 linguri smântână, sare.

Se prăjesc uşor bucăţile de pui cu unt şi cu o ceapă rasă, se aşază în cratiţă. Se fierbe în apă cu sare, conopidă curăţită şi desfăcută în buchete mici. Nu se fierbe prea tare, pentru a nu se sfărâma. Se scurge bine de apă, se pune în cratiţă cu puiul. Se face separat un rântaş alb din unt şi făină. Se stinge cu zeamă de carne sau cu apa în care a fiert conopida. Se amestecă cu smântâna şi se toarnă peste pui. Se potriveşte de sare. Se lasă să fiarbă la foc mic un sfert de oră. Sosul nu trebuie să fie prea gros. Dacă scade, se poate subţia cu 2 — 3 linguri de zeamă de la conopidă. După gust se poate adăuga în sos puţină zeamă de lămâie.

322. PUI CU CIUPERCI

1 pui mare, 500 g ciuperci, 1 ceapă, 1 linguriţă făină, 2 linguri unt sau untură, 2 linguri smântână, sare.

Se prăjesc uşor bucăţile de pui într-o cratiţă cu o lingură de unt şi o ceapă rasă. Se adaugă făina. Separat se înfierbântă o lingură de unt în care se pun ciupercile spălate şi tăiate felii subţiri. Se amestecă să nu se ardă şi se ţin pe maşină până ce ciupercile şi-au lăsat toată apa. Se fierb un sfert de oră, se aşază în cratiţa cu puiul, se sărează. Se acoperă şi se dau o jumătate de oră la cuptor. Se face sosul potrivit

de scăzut. Cine doreşte poate adăuga, cu cinci minute înainte de a servi, două linguri de smântână.

323. PUI CU ROŞII

1 pui mare, 1 kg roşii, 1 lingură unt sau untură, 2 cepe, 1 linguriţă făină, sare.

Se înăbuşă bucăţile de pui într-o cratiţă cu unt. Separat se prăjeşte în untură ceapa tăiată mărunt, se adaugă făina şi se toarnă totul peste pui în cratiţă. Se pun roşiile spălate şi tăiate în două şi sare. Se acoperă, se lasă să fiarbă înăbuşit, fără să se adauge apă, până ce roşiile sunt potrivit de fierte, fără să fie prea sfărâmate.

324. PUI CU SMÂNTÂNĂ

2 pui mijlocii, 1 lingură unt, 1 ceaşcă smântână, 1 linguriţă făină, 1 linguriţă mărar tocat, sare.

Se înăbuşă în unt bucăţile de pui. Se pune sare. Se adaugă câte puţină apă şi se lasă să dea câteva clocote. Se pune smântâna, în care s-a amestecat puţină făină. Se lasă să fiarbă la foc mic. Când se face economie de smântână, se prăjeşte uşor o jumătate lingură de unt cu tot atâta făină şi se stinge cu apă. Se lasă să dea câteva clocote pentru a se obţine un sos nu prea gros. Se adaugă 1 — 2 linguri de smântână. Se toarnă peste pui. Când este aproape gata, se adaugă puţin mărar tocat.

325. CIULAMA DE PUI

2 pui mijlocii, 1 l apă, 1 morcov, 1 ceapă, 1 pătrunjel, 1 lingură unt, 1 lingură făină, sare.

Se pregăteşte la fel cu ciulamaua de viţel (v. 259), cu deosebire că puiul se fierbe mai puţin decât carnea de viţel.

326.PAPRICAŞ DE PUI

2 pui mijlocii, 2 cepe, 1 lingură untură, 1 linguriţă făină, 1 linguriţă paprica.

Se taie puiul bucăţi, se rumeneşte într-o tigaie cu puţină untură. Se prăjeşte separat în untură ceapa rasă, se adaugă făina şi o linguriţă de paprica sau boia de ardei. Se stinge cu o ceaşcă de apă. Se face un sos potrivit de gros, în care se aşază bucăţile rumenite de pui. Se dă la cuptor o jumătate de oră. Se serveşte cu găluşte de făină (v. 234).

327. PILAF DE PUI

1 pui mare, 1 l apă, 1 ceapă, 1/2 ceaşcă orez, 2 linguri unt topit, unt proaspăt cât o nucă, sare.

Puiul tăiat bucăţi se fierbe în apă cu o ceapă şi puţină sare. Bucăţile de pui trebuie să fie acoperite de apă. Se fierbe la foc mic. Se ia spuma. Puiul nu trebuie să fie prea fiert. Se alege orezul, se spală şi apoi se usucă într-o cârpă. într-o cratiţă se înfierbântă untul şi se prăjeşte uşor orezul. Se toarnă trei ceşti din zeama în care a fiert

puiul, bine limpezită, se aşază bucăţile de pui, se acoperă şi se dă la cuptor, la foc mic, 20 — 25 de minute. Nu se umblă cu lingura în pilaf. Înainte de a servi, se pune peste pilaf puţin unt proaspăt, tăiat în bucăţele foarte mici, ca să se topească repede.

328. ANGHEMAHT DE PUI

2 pui mijlocii, 1 l apă, 1 ceapă, 1 lingură unt, 1/2 lingură făină, 6 felii de lămâie, sare.

Se fierb bucăţile de pui la fel ca pentru pilaf. Se face separat un rântaş alb dintr-o lingură de unt cu o jumătate lingură de făină. Se stinge cu zeama în care au fiert puii, foarte bine limpezită. Se face un sos mult mai subţire decât cel pentru ciulama. Se toarnă sosul peste pui, după ce s-a îndepărtat ceapa. Se adaugă câteva felii subţiri de lămâie, fără sâmburi, se potriveşte de sare şi se lasă să dea împreună un clocot. Se serveşte foarte fierbinte. Se poate pregăti şi cu bucăţile de pui prăjite.

329. MÂNCARE DE PUI CU MĂSLINE

1 pui mare, 2 linguri ulei, 4 felii de pâine, 4 roşii, 150 g ciuperci, 100 g măsline, 1 linguriţă făină, 1 căţel usturoi, 1 păhărel de vin, sare.

Se taie puiul în bucăţi potrivite. Se sărează şi se prăjeşte în ulei. Se scoate într-o cratiţă şi se ţine la cald. În uleiul în care s-au rumenit bucăţile de pui, se prăjeşte pâinea tăiată în cuburi mici egale. Se păstrează şi acestea la cald, în aceeaşi tigaie se pun roşiile curăţite de pieliţe şi de seminţe, făina şi un căţel de usturoi bine sfărâmat. Când roşiile încep să scadă, se adaugă vinul şi tot atâta zeamă în care au fiert ciupercile. Se face un sos potrivit de scăzut, se gustă de sărat. Se pun în cratiţa cu puiul ciupercile fierte şi bine scăzute şi măslinele spălate şi de asemenea fierte câteva minute în apă şi înăbuşite. Deasupra se toarnă sosul, se ţine pe marginea maşinii până ce se încălzeşte, fără să fiarbă. Se aşază mâncarea în farfurie, iar împrejur se pun cuburile mici de pâine prăjită.

330. PUI CU CIUPERCI ŞI CU ARPAGIC

1 pui mare, 1 l apă, zarzavat de supă, cimbru, frunză de pătrunjel, foaie de dafin, 2 linguri unt, 150 g arpagic, 150 g ciuperci, 1 lingură făină, 1 gălbenuş, 1 Iingură smântână, 1 Iinguriţă zeamă de lămâie, sare, piper.

Se pun bucăţile de pui la fiert. Se adaugă o ceapă, un morcov, mirodeniile şi sarea. Se lasă să fiarbă înăbuşit. Separat se înăbuşă într-o cratiţă, cu puţin unt şi câteva linguri de apă, arpagicul curăţit şi ciupercile. Când puiul este destul de fiert, se face un rântaş dintr-o lingură de făină şi o lingură de unt, se stinge cu zeama strecurată de la pui. Se lasă să fiarbă circa 20 de minute. La sfârşit se bate sosul cu un gălbenuş, se adaugă smântâna, zeama de lămâie şi puţin piper. Se aşază puiul într-o cratiţă, fără zarzavat şi mirodenii, se pun ciupercile

şi arpagicul bine scăzute, iar deasupra se toarnă sosul. Se ţine totul la cald în altă cratiţă cu apă fierbinte.

331. PUI LA TAVĂ

2 pui mijlocii, 1 lingură unt, sare.

Se curăţă puii, se spală şi se sărează. Se pun într-o tavă potrivită, cu puţin unt. Se dau la cuptor şi se ung din când în când cu unt. Când sunt aproape gata, nu se mai ung, ca să se rumenească frumos deasupra. Se servesc cu cartofi şi cu salată. Sosul din tavă se lasă să mai fiarbă cu o lingură de apă, se strecoară şi se serveşte în sosieră.

332. PUI RUMENIŢI ÎN TIGAIE

2 pui mijlocii, 1 lingură unt, sare.

Se curăţă puii, se taie în bucăţi şi se sărează. Se pun bucăţile în unt sau în untură fierbinte şi se rumenesc frumos pe toate părţile. Se servesc cu garnitură de legume.

333. PUI PANE

2 pui mici, 1 lingură făină, 2 ouă, 2 linguri pesmet, sare, 2 linguri untură.

Se prăjesc bucăţile de pui la fel ca şniţelul vienez (v. 265).

334. PUI LA FRIGARE

Puii curăţaţi şi săraţi sunt puşi în frigare. Se leagă bine cu sfoară, pentru a nu se învârti în jurul frigării. Când jarul este încins, se pune frigarea la foc şi se învârtesc puii să nu se ardă. Se ung mereu cu unt şi cu puţină apă, cu o pană. Când sunt aproape gata, nu se mai ung, ca să se rumenească frumos deasupra. Se desface aţa, se taie puii în două şi se servesc cu cartofi prăjiţi şi cu salată sau castraveţi muraţi. După gust, se pot unge puii cu zeamă de mujdei de usturoi de 2 — 3 ori în timpul friptului.

335. GĂINĂ RASOL

1 găină de circa 1 kg, 4 l apă, zarzavat de supă, sare.

Se alege o găină grasă, se curăţă, se spală şi se pune la fiert în apă fierbinte. Se ia spuma, se sărează şi se adaugă tot zarzavatul ca pentru supă (v. 68). Trebuie să fiarbă cel puţin 2 — 3 ore, după cât este de bătrână. Se taie, se aşază pe farfurie, se serveşte cu catofi fierţi şi cu sos, la fel ca rasolul de vacă. De obicei se serveşte însă cu mujdei de usturoi.

336. MÂNCĂRI DE GĂINĂ

Toate mâncările de pui cu sos şi zarzavat se pot face şi din găină, cu deosebire că trebuie ţinute la foc mai multă vreme pentru a se frăgezi carnea. Găina pentru pilaf trebuie bine fiartă, iar găina friptă trebuie frăgezită, înăbuşind-o la început cu 2 — 3 linguri de apă

într-o cratiţă. Se frige apoi ca şi puiul.

337. OSTROPEL DE RAŢĂ

1 raţă mijlocie, 1 lingură untură, 3 cepe, 1/2 lingură făină, 1 lingură bulion, 2 căţei de usturoi, sare, 10 boabe piper, 1 foaie de dafin, 2 linguri oţet de vin.

Se curăţă raţa, se taie bucăţi, se sărează şi se înăbuşă într-o cratiţă cu puţină untură. Dacă raţa este grasă, se pune fără untură în cratiţă, deoarece lasă singură grăsime. Se lasă să se rumenească. Se adaugă cepele tăiate felii subţiri, făina şi se amestecă până începe să se rumenească. Se stinge cu puţină apă. Se mai adaugă o lingură de bulion, usturoiul, sarea, piperul, o frunză de dafin. Se toarnă sosul peste carne, se lasă să fiarbă până ce raţa este destul de fragedă. Când este aproape gata, se adaugă oţetul. Se lasă să mai dea un clocot. Sosul trebuie să fie potrivit de scăzut. La fel se face şi ostropelul de gâscă sau de găină.

338. RAŢĂ CU MĂSLINE

1 raţă mijlocie, 1 lingură untură, 4 cepe, 1 linguriţă făină, 1 lingură bulion, 200 g măsline, sare.

Se prăjesc bucăţile de raţă cu o jumătate lingură de untură (dacă raţa este grasă, se pune fără untură în cratiţă, deoarece lasă singură grăsime). Se adaugă câte puţină apă şi se lasă să fiarbă înăbuşit. Se taie ceapa felii subţiri şi se rumeneşte cu o jumătate lingură untură. Se adaugă făina, se stinge cu puţină apă. Se toarnă sosul în cratiţa cu carne. Se potriveşte de sare, se lasă să fiarbă înăbuşit la foc potrivit. Se adaugă o lingură de bulion şi când raţa este aproape fiartă, se pun măslinele fierte în apă, separat, 10 minute. Se lasă să mai dea câteva clocote. Aceeaşi mâncare se pregăteşte cu ulei şi se serveşte rece. La fel se pregăteşte şi gâsca cu măsline.

339. RAŢĂ CU VARZĂ

1 raţă mijlocie, pentru rest aceleaşi cantităţi ca în “Carne cu varză”.

Se pregăteşte la fel ca mîncarea de came cu varză (v. 245—246).

340. BOBOC DE RAŢĂ PE VARZĂ

1 boboc mare de raţă, 1 varză frumoasă, 2 linguri untură, 1 linguriţă boia sau 1 lingură de bulion, 10 boabe piper, sare.

Pentru friptură se alege totdeauna o raţă tânără. Se curăţă raţa, se sărează şi se pune întreagă într-o tavă cu puţină untură şi 2 — 3 linguri de apă. Se dă la cuptor şi se unge mereu cu sosul din tavă. Se lasă să se frăgezească, dar să nu se frigă de tot. Se taie mărunt o varză frumoasă. Dacă varza este acră, se scurge bine de zeamă, ca să piardă din acreală. Se prăjeşte puţin cu o lingură de untură. Se potriveşte de sare, se pune, după gust, puţină boia de ardei, iar la varza dulce, puţin bulion de roşii şi boabe de piper. Se pune varza în

tava în care se frige raţa, se aşază raţa deasupra şi se dă la cuptor să se rumenească cât trebuie.

341. RAŢĂ CU MAZĂRE BOABE

1 raţă mijlocie, 700 g mazăre boabe verde, 2 ceşti zeamă de carne, 1 linguriţă zahăr, 1 lingură unt, sare.

Se fierbe mazărea boabe cu zeama de carne. Când este aproape fiartă, se adaugă sare, zahăr şi puţin unt. Se frige o raţă tânără la tavă ca pentru raţa pe varză. Când raţa este friptă, se pune mazărea împrejur şi se mai lasă puţin la cuptor să se rumenească.

342. GÂSCĂ CU CASTRAVEŢI

1 kg carne de gâscă, 1 ceapă, 1 linguriţă făină, 6 castraveţi mijlocii muraţi, 1/2 linguriţă boia de ardei.

Se taie dintr-o gâscă bucăţile potrivite pentru mâncare şi se aşază în cratiţă fără untură, deoarece gâsca lasă singură grăsime. Când încep să se rumenească, se adaugă o ceapă tăiată mărunt, se amestecă până se îngălbeneşte şi se presară făina. Se toarnă câte puţină apă şi se lasă să fiarbă înăbuşit, până ce se frăgezeşte gâsca. Dacă scade, se mai adaugă câte puţină apă. Se spală castraveţii în mai multe ape, se curăţă sau nu de coajă, după dorinţă, se taie în bucăţi potrivite. Se pun în cratiţa cu gâsca. Dacă trebuie, se mai adaugă apă, boia de ardei şi se lasă să fiarbă până se moaie castraveţii şi sosul este destul de scăzut.

343. GÂSCĂ FRIPTĂ LA CUPTOR

Se frige la fel ca şi curcanul (v. 348).

344. GÂSCĂ UMPLUTĂ

Se pregăteşte la fel ca şi curcanul umplut (v. 349).

345. GÂSCĂ PE VARZĂ

Jumătate dintr-o gâscă, 1 varză frumoasă, 1 lingură untură, 2 ceşti zeamă de carne, 10 boabe piper, sare.

Se pregăteşte gâsca ca pentru fript. Se taie mărunt o varză murată frumoasă, se fierbe în apă clocotită 10 minute şi se scurge bine. Se pune într-o cratiţă cu o lingură bună de untură şi zeamă de carne, atât cât să fie acoperită. Se lasă să fiarbă la foc mic. Dacă scade, se mai adaugă câte puţină apă. Varza nu trebuie să se rumenească. Se aşază gâsca într-o tavă adâncă cu 2 — 3 linguri de apă. În timpul cât se frige, se udă din când în când cu zeama din tavă. Se adaugă varza şi piperul, se mai ţine la cuptor până se frige gâsca cât trebuie, fără să se usuce. Se aşază varza pe farfurie şi deasupra gâsca tăiată în bucăţi. Se serveşte fierbinte cu ardei iute.

346. FICAT DE GÂSCĂ NATUR

300 g ficat, 3 linguri untură de gâscă.

Se alege un ficat frumos, proaspăt şi alb, se îndepărtează vâna de sânge şi locul unde a fost fierea şi se ţine două ore în apă puţin sărată. Se şterge uşor cu o cârpă şi se aşază într-o cratiţă, cu untură de gâscă. Se acoperă cu o hârtie unsă cu unt şi se dă la cuptor la foc potrivit. Se unge din când în când cu untura din cratiţă. Când este gata, se presară cu sare. Se serveşte cald sau rece, după gust.

347. MÂNCARE DE CURCAN

Toate mâncările de curcan cu sos se pregătesc la fel **cu** cele de gâscă şi de raţă.

348. CURCAN FRIPT

Se curăţă curcanul, se spală în mai multe ape. Se scurge bine, se sărează şi se lasă astfel să stea o oră. De obicei se taie vârful aripilor şi picioarele, din care se pregătesc, împreună cu măruntaiele, piftii sau altă mâncare. Se aşază într-o tavă potrivită ca mărime, cu 2 — 3 linguri de apă şi o lingură de untură, se dă la cuptor. Se unge mereu cu sosul din tavă. La început se lasă focul mai mic, ca să se frăgezească cu încetul, apoi se iuţeşte focul, iar curcanul se unge cu puţin ulei amestecat cu rom, sau numai cu untură — nu însă cu aceea din tavă — pentru ca să se rumenească. Cu jumătate de oră înainte de a fi gata, nu se mai unge de loc. Un curcan potrivit de mare se ţine circa două ore şi jumătate la cuptor. Curcanul fript este tăiat pe fund. Se desprind piciorul şi aripa de la încheietură, iar pieptul se taie în felii subţiri, puţin oblice pe coşul pieptului. Se aşază frumos pe farfurie. Se scurge grăsimea din tavă, sosul rămas se lasă să dea câteva clocote cu o lingură de apă, se strecoară, se serveşte în sosieră. Tot atât de gustos este şi curcanul servit rece.

349. CURCAN UMPLUT

Pentru un curcan de 4 kg se face următoarea umplutură: 250 g pâine albă, ficatul de curcan, 100 g unt proaspăt, 2 ouă, sare, piper, mărar tocat, 100 g ciuperci.

Se pregăteşte curcanul ca mai sus. Se face o umplutură din pâine muiată în lapte şi stoarsă bine, care se amestecă cu ficatul de curcan dat prin maşină, sau cu puţin ficat de viţel. Se freacă untul proaspăt spumă, se amestecă cu tocătura, se pun ouăle, sarea şi piperul. Se freacă totul bine până devine ca o pastă. După gust se pot adăuga şi câteva ciuperci, fierte în apă şi tăiate bucăţi, şi puţină verdeaţă. Se umple curcanul, se coase şi se frige la fel ca mai sus.

350. PORUMBEI CU MAZĂRE BOABE

3 porumbei, 2 linguri unt, 150 g arpagic, 50 g slănină afumată, 1 linguriţă făină, 1/2 ceaşcă zeamă de carne, 2 ceşti mazăre verde, 1 linguriţă zahăr, sare.

Pentru orice mâncare, trebuie aleşi totdeauna numai porumbei tineri. Se curăţă ca şi puii, se sărează şi se pun într-o cratiţă, întregi, astfel încât să nu fie înghesuiţi, cu puţin unt. Se adaugă arpagicul curăţit şi slănina afumată, tăiată în cuburi mici. Se dau la foc potrivit şi se ţin să se rumenească frumos atât porumbeii, cât şi slănina. Cratiţa se mişcă mereu, ca să nu se ardă arpagicul. Se face separat un râhtaş mai închis din 1/2 lingură de unt şi făină, se stinge cu zeama de carne. Se toarnă sosul în cratiţa cu porumbeii. Se adaugă mazărea boabe, o linguriţă de zahăr şi sare. Se lasă să fiarbă înăbuşit până ce mazărea este gata (circa trei sferturi oră). Se taie porumbeii în două, se aşază pe o farfurie. Se scurge grăsimea, aplecând cratiţa într-o parte. Se toarnă apoi mazărea cu sosul peste friptură.

351. PORUMBEI FRIPŢI

3 porumbei, 100 g slănină, 1 lingură unt, sare.

Se curăţă porumbeii, se sărează şi dacă ficatul n-a fost atins de fiere, se pune înăuntru. Se învelesc în felii subţiri de slănină, se dau la cuptor să se frigă cu puţină untură. Se ung mereu, iar când sunt aproape gata, se scoate slănina, se ţine la cald, iar porumbeii se lasă încă puţin în tavă şi se ung cu untură arnestecată cu boia de ardei, să prindă caloare. Se servesc pe feliile de slănină, cu garnitură de diferite legume, aşezate în mici moviliţe în jurul lor.

352. PORUMBEI UMPLUŢI

3 porumbei, 150 g carne de viţel, 2 chifle, 1 ou, 1 ceapă mică, 1 lingură unt, sare, piper, pătrunjel verde tocat.

Se curăţă porumbeii, se sărează. Se umplu cu o umplutură făcută din carne de viţel tocată, pâine muiată în lapte şi stoarsă şi ficatul de porumbel, toate date de două ori prin maşină şi amestecate cu un ou, ceapă prăjită în unt, sare, piper, pătrunjel tocat. Se frig în tavă cu unt şi se servesc cu o garnitură de legume.

VÂNAT

353. PREGĂTIREA IEPURELUI

lepurele se jupoaie astfel: se face o tăietură pe burtă, se desprinde cu cuţitul pielea de pe came, se taie blana în jurul labelor şi apoi, cu ajutorul cuţitului, se desprinde blana, trăgînd de la coadă spre cap şi întorcând-o pe dos ca pe o mănuşă. Se desprinde apoi cu un cuţit în jurul botului. Se scot dinţii şi ochii. Se scot intestinele care se aruncă, apoi măruntaiele, care se pun la rece până la întrebuinţare. Se îndepărtează de la început fierea, cu grijă să nu atingă ficatul. Se strânge într-un castron tot sângele până la ultima picătură şi chiar chiagurile, dacă există. Se amestecă cu 2 — 3 linguriţe de vin roşu şi se păstrează pentru pregătirea sosului la mâncare. Se curăţă carnea de pieliţele subţiri. Astfel pregătit, iepurele este pus într-un castron de pământ cu o marinată fiartă, pregătită dintr-o ceaşcă de oţet, slăbit cu puţină apă dacă este tare, o lingură de ulei, câteva felii foarte subţiri de morcov şi de ceapă, câteva fire de pătrunjel, de cimbru, două foi de dafin sfărâmate, sare, piper. Mirodeniile şi zarzavatul sânt puse deasupra, iar iepurele trebuie udat des cu marinată. Se ţine aşa cel puţin câteva ceasuri; iarna poate sta şi două zile.

354. FRIPTURĂ DE IEPURE

Spinarea de la un iepure mare, 100 g slănină afumată, 1 căpăţână de usturoi, 1 lingură unt sare.

Se curăţă iepurele şi se lasă să se marineze, aşa cum s-a arătat mai sus. Se alege partea bună de friptură, adică spinarea cu muşchii, la care se lasă şi picioarele dinapoi, dacă friptura trebuie să fie mai

mare. După ce se scoate din marinată, se zvântă bine cu un şervet. Se împănează apoi, cu bucăţele mici de slănină, de circa 3 cm lungime pe 1/2 cm lăţime, introduse cu ajutorul unui ac special (se găseşte de cumpărat la prăvăliile cu articole de menaj). Se poate împăna friptura şi cu căţei de usturoi. Slănina nu trebuie introdusă adânc, pentru a se rumeni la foc. Se întrebuinţează slănină afumată, fără carne. Friptura se aşază într-o tavă lungă, cu spatele în sus, cu două linguri de apă şi una de unt. Se dă la cuptor la foc potrivit. Trebuie unsă des cu untul din tavă. Se serveşte cu sosul ei sau cu un sos pentru vînat

355. FRIPTURĂ DE IEPURE CU SMÂNTÂNĂ

Aceleaşi cantităţi ca mai sus, în plus 1 ceaşcă smântână, 1 ceaşcă zeamă de carne, 1 linguriţă făină.

Se frige iepurele la tavă, ca mai sus. Când este gata, se scoate din tavă şi se ţine la cald, acoperit. Se scurge untul care a servit la fript, în tavă rămânând numai sosul pe care l-a lăsat friptura. Acesta se subţiază cu puţină zeamă de carne şi se lasă să dea în fiert. Se adaugă smântână amestecată cu făină şi se fierbe la foc mic, amestecând mereu ca să se ia toată rumeneala din fundul tăvii. Se trece sosul prin sită şi se toarnă în farfurie, peste friptură. După dorinţă se poate adăuga, înainte de a pune smântâna, şi zeama strecurată de la marinată.

356. IEPURE CU MĂSLINE

1 iepure, 3 linguri ulei, 4 cepe, 250 g arpagic, 209 g măsline, 1 păhărel de vin, 1 linguriţă bulion, sare, piper.

Se curăţă şi se marinează iepurele ca mai sus. Se scoate bucata potrivită pentru friptură, iar restul se taie în bucăţi. Se prăjeşte uşor în ulei ceapa tăiată mărunt. Când începe să se îngălbenească, se pun bucăţile de iepure şi se lasă să se rumenească. Se adaugă apoi câte puţină apă caldă pînă ce fierbe carnea. Separat se prăjeşte uşor arpagicul în ulei. Se toarnă în mâncare. La ultimele clocote, când iepurele este destul de fraged, se mai adaugă un păhărel de vin amestecat cu bulion, măslinele fierte separat, în apă, circa 10 minute, şi sângele, păstrat de la început, amestecat cu câteva linguriţe de vin roşu. Dacă are chiaguri, se trece prin sită. Se gustă de sare şi piper. Se potriveşte sosul să fie scăzut, nu însă complet, deoarece mai scade când se răceşte mâncarea.

357.IEPURE CU ZARZAVAT

1 iepure, zarzavat de supă, 3 cepe, 2 linguri ulei, 1 frunză de dafin, 150 g arpagic, 1 păhărel cu vin, 1 lingură bulion, sare, piper.

Se pregăteşte iepurele ca pentru mâncarea cu măsline. Se prăjeşte uşor o ceapă tăiată felii cu o lingură de ulei. Se adaugă iepurele tăiat bucăţi. Se lasă puţin să se rumenească, se pune apoi câte puţină apă, ca să se frăgezească. Se prăjesc, de asemenea în ulei,

doi morcovi, o rădăcină de pătrunjel, 1/2 ţelină, toate tăiate felii rotunde. Când carnea s-a fiert pe jumătate, se adaugă zarzavatul, sare, piper, o frunză de dafin, arpagicul prăjit în ulei. Se adaugă şi sângele subţiat cu zeamă de la marinată şi strecurat, un păhărel cu vin amestecat cu bulion şi se lasă să scadă cât trebuie. Se serveşte rece.

358. PAPRICAŞ DE IEPURE

1 iepure, 1 lingură untură, 3 cepe mari, 100 g slănină, 2 ceşti zeamă de carne, 1 linguriţă boia, 1 lingură bulion, sare.

Se pregăteşte iepurele, se taie bucăţi, se pune la marinat. Se prăjeşte uşor într-o tigaie, în untură, ceapa tăiată felii şi slănina fiartă, tăiată în bucăţele de 1 cm. Se scurge bine iepurele din marinată, se pun bucăţile în cratiţă, se lasă să se rumenească. Se adaugă apoi câte puţină apă sau zeamă de carne, o Iinguriţă de boia de ardei şi o lingură de bulion, subţiate cu zeama de la marinată, trecută prin sită. Se potriveşte gustul sărat. Se lasă să fiarbă **o oră şi** jumătate până ce carnea devine fragedă.

359. PULPA DE CAPRÎOAEĂ LA TAVĂ

Carnea de căprioară fiind foarte fragedă, nu este neapărat necesar să fie marinată. Cel mult se unge cu ulei amestecat cu rom şi se lasă să stea aşa câteva ore. Dacă însă trebuie să fie păstrată o zi sau două, ea se ţine într-o marinată făcută dintr-un pahar de vin alb, un pahar de oţet de vin, trei linguriţe de ulei, un morcov, două cepe şi o jumătate de ţelină, tăiate felii, câteva fire de cimbru, dafin, pătrunjel, sare, piper. Proporţiile sunt date pentru 2 kg de carne. Dacă durata păstrării este mare, aceeaşi marinată trebuie fiartă înainte de întrebuinţare. Carnea de căprioară nu trebuie spălată. După ce se jupoaie, se şterge cu o cârpă uscată, îndepărtându-se astfel firişoarele de păr care s-au lipit de carne. Se desface uşor pieliţa subţire de pe carne şi se împănează cu felii subţiri de slănină. Apoi se sărează sau se ţine în marinată de mai sus. Înainte de a fi pusă se mai şterge bine cu o cârpă, se unge cu ulei, apoi se aşază într-o tavă şi se pune la cuptor la foc iute. Se întoarce la început pe o parte, apoi pe cealaltă şi se unge din când în când cu ulei. După aceea, se lasă să se rumenească. Dacă în timpul friptului sosul scade prea tare, se mai adaugă câteva linguriţe de apă. Când este gata, se scoate pe o farfurie ţinută la cald, iar în tava în care s-a fript pulpa, se toarnă sosul de la marinată sau puţin vin, se lasă să dea un clocot şi se adaugă această zeamă la sosul cu care se serveşte friptura. Se serveşte cu o garnitură de legume şi sos de vin. Înainte de a servi, se îmbracă osul la un capăt cu o manşetă de hârtie tăiată în formă de crin.

360. COTLETE DE CAPRIOARĂ

6 cotlete, 1 lingură unt, 2 linguriţe ulei, sare.

Se taie cotletele de circa 2 cm grosime şi se bat uşor ca să se mai subţieze. Se pune într-o tigaie untul amestecat cu ulei. Când grăsirnea este fierbinte, se pun cotletele şi se frig pe ambele părţi. Nu trebuie lăsate să se usuce. Se servesc cu sos de ciuperci sau cu sos de vin pregătit separat, la care se adaugă şi sosul din tigaia în care s-a. fript.

361. ŞNIŢEL DE CAPRIOARĂ
Aceleaşi cantităţi ca la "Şniţel de viţel" (v. 265).

Se taie felii de carne din spinare sau din pulpă, se bat uşor cu ciocanul de lemn. Se stropesc cu puţin oţet înainte de a le pune la prăjit. Se pregătesc la fel ca şniţelele de viţel (v. 265). Se servesc cu garnitură de legume.

362. PORC MISTREŢ

Carnea de porc mistreţ tânăr se pregăteşte, după ce a fost curăţită de piele, de păr şi de vine, ca orice carne de porc. Dacă mistreţul este mai bătrân, se ţine câteva zile într-o marinată făcută din vin alb şi oţet, puţin ulei, felii de morcov, ceapă, cimbru, dafin, usturoi, sare, piper.

363. PREPELIŢE LA FRIGARE
6 prepeliţe, câteva frunze de viţă, 200 g slănină, 6 felii de pâine, 1 lingură unt, sare.

Spre deosebire de alte vânaturi, prepeliţele trebuie pregătite cât mai proaspete. Se jumulesc cu puţin înainte de a fi pregătite. Se scot intestinele şi măruntaiele, se pârlesc iute la flacără de spirt, se şterg cu o cârpă uscată. Se pune ficatul înăuntru cu puţină sare. Se învelesc întâi într-o frunză de viţă unsă cu unt, apoi, într-o felie foarte subţire de slănină, dar destul de mare ca să le acopere cât mai mult. Se leagă cu aţă. Se pun câte 2 — 3 pe frigări mici de lemn. Se frig pe grătar la foc iute. Când sunt gata, se scot de pe frigări, se desfac aţele, se scoate frunza de viţă. Se presară cu sare. Se servesc cu slănina în care au fost fripte, pe felioare de pâine prăjită în unt.

364. PREPELIŢE LA TAVĂ
Aceleaşi cantităţi ca mai sus.

Se pregătesc la fel ca mai sus. Se aşază mai multe într-o tavă, se dau la cuptor, se udă din când în când cu sosul lor. Se servesc ca şi cele fripte la frigare, se toarnă în farfurie şi sosul pe care l-au lăsat în tavă. Acesta, după ce s-au scos prepeliţele, se subţiază cu câteva linguriţe de zeamă de carne şi se lasă să dea câteva clocote.

365. PILAF DE PREPELIŢE
4 prepeliţe, 2 linguri unt, 1 ceapă mijlocie, 1 ceaşcă mare de orez, sare.

Se curăţă patru prepeliţe, se taie în două în lungime şi se sărează. Se înfierbântă o lingură de unt într-o cratiţă, se pun prepeliţele şi se ţin până încep să prindă culoare, fără să se rumenească prea tare. Se adaugă apă cât să le cuprindă şi o ceapă tăiată în două. Se lasă să fiarbă acoperit. În altă cratiţă se încinge o lingură bună de unt, se adaugă o ceaşcă de orez şi se amestecă până începe orezul să se îngălbenească. Se stinge cu două ceşti de zeamă strecurată în care au fiert prepeliţele, amestecând până începe orezul să fiarbă. Când este pe jumătate fiert, se adaugă prepeliţele, se gustă de sare şi se dă cratiţa la cuptor, la foc potrivit. Se ţine până ce orezul este fiert, fără să fie sfărâmat şi lipicios. După ce a fost dat la cuptor, nu se mai umblă cu lingura în orez.

366. POTÂRNICHI LA FRIGARE
3 potârnichi, frunze de viţă, 200 g slănină, 6 felii de pâine, 1 lingură unt, sare.

Înainte de a fi jumulite, potârnichile trebuie ţinute 24 de ore, după ce au fost împuşcate, dar nu mai mult, într-un loc răcoros şi bine ventilat. Când timpul este foarte răcoros, pot fi ţinute şi două zile. Se curăţă de pene în ultimul moment, se scot şi intestinele. Se trec prin flacără de spirt, se şterg cu o cârpă uscată. Se îndepărtează capul şi labele. Ficatul se curăţă şi se pune la loc, după ce i s-a dat un praf de sare. Se învelesc cu frunze de viţă bine unse cu unt şi apoi în felii subţiri de slănină. Se leagă cu aţă. Se pun pe frigare la foc bun şi se învârtesc. Se frig în circa 20 de minute, cu grijă să nu se usuce. Când este gata, se scot slănina şi frunza de viţă, se sărează şi se servesc cu slănină, pe felii de pâine prăjită. Se socoteşte o potârniche pentru două persoane.

367. POTÂRNICHI CU SMÂNTÂNĂ
3 potârnichi, 1 lingură unt, 2 cepe mijlocii, 1 ceaşcă smântână, 1 linguriţă făină, sare, piper.

Se curăţă potârnichile ca pentru fript. Se pun la cuptor în tavă cu puţin unt şi ceapă tăiată felii. Se întorc pe amândouă părţile şi se ţin până încep să se rumenească. Separat, într-o cratiţă, se pun pe foc potrivit smântâna amestecată cu un praf de făină, unt, sare şi piper. Focul nu trebuie să fie prea mare, pentru ca smântâna să nu se taie. Când clocotesc, se toarnă peste potârnichi, se mai lasă 1/4 oră la cuptor şi se udă cu sosul de smântână. Înainte de a servi se taie fiecare potârniche în patru. Se servesc foarte fierbinţi. Se poate adăuga la smântână o linguriţă de zeamă de lămâie.

368. SITARlI LA FRIGARE
6 sitari, 200 g slănină, 1 lingură unt, 6 felii de pîine, sare.

Sitarul nu este gustos dacă se pregăteşte imediat după ce a fost

vânat. Toamna trebuie ţinut cu pene cu tot, cel puţin 24 de ore, atârnat într-un loc bine ventilat, iar pe timp răcoros, poate fi ţinut două, trei zile. Se curăţă de pene când este aproape de a fi fript. Se frige cu capul şi cu labele, şi nici intestinele nu se scot. Se smulg penele, se pârlesc sitarii la flacără şi se şterg cu o cârpă uscată. Se scot ochii, se face o tăietură la gât prin care se scoate guşa şi una mai jos prin care se scoate pipota. Se îndoaie capul înspre picioare şi se învelesc cu felii foarte subţiri de slănină fiartă. Se leagă cu aţă. Se pun pe frigaie, se ung cu unt şi se frig la foc viu. Nu trebuie serviţi prea uscaţi. Când sunt gata se scot aţele şi se servesc cu slănină pe felii de pâine prăjită în unt.

369. SITARI LA TAVĂ

Aceleaşi cantităţi ca mai sus.

Se pregătesc sitarii la fel ca pentru frigare. Se frig apoi în tavă ca şi potârnichile (v. 367).

370. SITARI UMPLUŢI

6 sitari, 1 ceapă mică, 100 g slănină, 100 g ciuperci, 1 lingură unt, 1 ou, sare, piper, 200 g slănină, 6 felii de pâine.

Se pregătesc sitarii la fel ca pentru frigare. Se scot intestinele, se taie mărunt împreună cu ceapa, slănina şi ciupercile. Se prăjesc uşor 15 minute cu puţin unt, la foc potrivit. Se adaugă sare, piper, şi cînd totul s-a mai răcorit, şi 1 ou. Se amestecă bine, se umplu sitarii. Se învelesc în felii foarte subţiri de slănină, se ung cu unt şi se frig în tavă, la cuptor. Se servesc pe felii de pâine prăjită în unt.

371. INTESTINE DE SITARI

Intestinele de la 6 sitari, 1 ficat de pasăre, 100 g ciuperci, 1 linguriţă frunză de pătrunjel tocat, 1 lingură unt, 1 gălbenuş, sare, piper, 12 feliuţe de franzelă.

Se scot intestinele sitarului şi se toacă mărunt cu o bucăţică de ficat de pasăre sau de viţel. Se taie mărunt câteva ciuperci şi frunze de pâtrunjel, se pun să se înăbuşe cu unt. Când încep să se moaie, se adaugă intestinele de sitar şi se ţin pe foc, amestecând din când în când, până încep să se rumenească. Se adaugă sare, piper şi un gălbenuş. Se taie feliuţe subţiri de pâine, se ung cu această tocătură şi se dau puţin la cuptor. Se servesc ca aperitive sau ca garnitură la friptura de sitari.

372. FRIPTURĂ DE FAZAN

2 fazani, 100 g slănină, 1 lingură unt, sare.

Dintre toate vânaturile cu pene, fazanul este acela care trebuie neapărat ţinut câteva zile după ce a fost vânat, înainte de a fi pregătit. Durata aceasta de fezandare (frăgezire şi maturare) depinde însă de vreme şi de temperatură. Pe timp umed şi călduros nu trebuie ţinut mai mult de trei zile. Pe timp răcoros se poate păstra şi o săptămînă.

În orice caz, se păstrează vânatul cu penele, la un loc bine ventilat şi, fie că se ţine 3 — 4 zile, fie că se ţine o săptămână, nu trebuie lăsat niciodată până ce capătă un miros greu. Un fazan cu miros neplăcut nu mai este bun de pregătit.

Penele se curăţă în ultimul moment. Se îndepărtează capul, labele şi intestinele. Nu se spală, se pârleşte numai la flacără şi se şterge cu o cârpă uscată, atât pe dinafară, cât şi înăuntru. Se împănează sau se înveleşte în felii subţiri de slănină. Se frige la tavă sau la frigare, întocmai ca potârnichia.

373. FRIPTURĂ DE RAŢĂ SĂLBATICĂ

1 raţă, 100 g slănină, 1 lingură unt, 1 linguriţă pătrunjel verde tocat, sare, 1 păhărel cu vin. Pentru marinată: 1 pahar oţet, 2 frunze de dafin, 1 ceapă mică, 10 boabe piper, sare.

Se curăţă raţa, se pârleşte şi se şterge cu o cârpă uscată. Se face o marinată din oţet, foi de dafin, ceapă, piper şi sare. Se fierbe şi, cum clocoteşte, se opăreşte raţa. Se acoperă şi se lasă să stea o oră. Se şterge din nou bine cu cârpa, se pune înăuntru ficatul, o bucăţică de unt şi câteva frunze de pătrunjel. Se împănează cu slănină, fâşii foarte mici, care se introduc numai la suprafaţă. Se aşază în tavă cu puţină untură, la foc iute, şi se unge în timpul friptului. Se serveşte cu garnitură de legume şi cu sosul din tavă. După ce s-a scos raţa din tavă, se adaugă un păhărel de vin şi se lasă sosul să mai dea câteva clocote. Se trece prin sită şi se serveşte în sosieră.

374. OSTROPEL DE RAŢĂ SĂLBATICĂ

Aceleaşi cantităţi ca pentru “Ostropel de raţă”.

Se pregăteşte ca şi ostropelul de raţă (v. 337).

LEGUME ŞI ZARZAVAT

375. CARTOFI COPŢI

12 cartofi mijlocii, sare, unt proaspăt.

Se spală cartofii bine, apoi se şterg. Se presară cu sare, se pun în cuptor. Se întorc pe o parte şi pe alta ca să-i cuprindă bine căldura. Cartofii mijlocii se coc într-o oră şi jumătate. Când sunt gata se aşază pe farfurie pe un şervet. Se servesc fierbinţi, cu unt proaspăt. Se pot coace şi curăţiţi de coajă.

376. CARTOFI PRĂJIŢI

1 kg cartofi, 3 linguri untură sau ulei, sare.

Cartofii se prăjesc frumos numai în grăsime multă, fie untură, fie ulei. Se curăţă cartofii şi se taie în lungime, astfel încât să se obţină bucăţi de grosimea creionului. Se spală într-o apă şi se usucă foarte bine cu un şervet. Se înfierbântă untura într-o tigaie mai adâncă. Se pun cartofii în untură, la început nu prea fierbinte, şi se împrăştie uşor cu o furculiţă ca să nu stea lipiţi unii de alţii. După

circa 10 minute, se împinge tigaia pe foc iute, pentru ca untura să se înfierbânte la maximum. Se ţin până când cartofii încep să capete o culoare aurie. Se prăjesc circa o jumătate de oră. Se scot cu o lingură cu găuri ca să se scurgă de untură, se presară cu sare şi se servesc imediat fierbinţi. Grăsimea în care s-au prăjit cartofii poate fi întrebuinţată la alte mâncări.

377. CARTOFI PRĂJIŢI FELII
500 g cartofi, 4 linguri untură amestecată cu ulei, sare.

Se curăţă cartofi de mărime potrivită, de preferinţă lunguieţi. Se taie felii foarte subţiri şi cât mai egale. Se spală în ape multe, până rămâne apa limpede. Se usucă bine pe un şervet. Se încinge untură mai multă, amestecată în părţi egale cu ulei. Se dă drumul la puţini cartofi odată, ca să nu se răcească untura. Pe măsură ce primii sunt gata, se pun alţii în untură. Trebuie să fie rumeniţi şi crocanţi. Când sunt toţi gata se sărează. Se pot servi pe lângă o friptură sau singuri ca aperitiv.

378. CARTOFI NOI
1 kg cartofi noi, 1 lingură unt, 1 linguriţă mărar tocat, sare.

Cartofii noi nu se curăţă de coajă, ci se rad cu cuţitul sau, după ce au fost ţinuţi câtva timp în apă, se freacă cu un şervet aspru şi cu puţină sare. Se mai spală într-o apă, se scurg şi se pun într-o cratiţă cu o lingură de unt. Se mişcă des cratiţa, ca să nu se prindă de fund şi se lasă să se rumenească uniform. Când sunt aproape gata, se sărează şi se presară cu mărar tăiat mărunt. La fel se pot pregăti cu untură sau cu ulei.

379. CARTOFI NOI ÎNĂBUŞIŢI
1 kg cartofi noi, 1 lingură unt sau untură, 1 ceaşcă apă, sare.

Se rad cartofii şi se opăresc cinci minute în apă clocotită cu sare. Se scurg bine şi se pun într-o cratiţă cu o lingură de unt sau de untură. Se dau la cuptor acoperiţi şi se ţin să se rumenească. Se adaugă 1/2 ceaşcă de apă şi se lasă la cuptor până zeama scade de tot. Cartofii rămân foarte fragezi înăuntru şi rumeni pe afară.

380. CARTOFI CU CEAPĂ
1 kg cartofi, 1 ceapă, 1 lingură untură, sare.

Se fierb cartofii cu coajă. Se curăţă, se taie felii. Se taie o ceapă mărunt, se pune la foc cu untura fierbinte. Când ceapa s-a muiat, se adaugă cartofii şi sarea, şi se ţin pe foc până se înfierbântă. Se amestecă din când în când ca să nu se prindă de fund şi să nu se ardă ceapa.

381. MÂNCARE DE CARTOFI CU SLĂNINĂ

1 kg cartofi, 1 ceapă, 1 lingură unt sau untură, 100 g slănină, 2 ceşti zeamă de carne, 1 lingură smântână, sare, piper.

Se taie mărunt o ceapă şi se prăjeşte uşor cu o lingură de unt, fără să se rumenească, împreună cu o bucată de slănină afumată, tăiată în mici cuburi. Se adaugă cartofii cruzi, curăţiţi şi tăiaţi felii subţiri. Se toarnă zeamă de carne cât să acopere cartofii. Se potriveşte de sare şi de piper. Se dă la cuptor la foc bun, până se moaie cartofii. Înainte de a servi se adaugă smântâna.

382. CARTOFI CU SMÂNTÂNĂ

1 kg cartofi chifle, 2 ceşti lapte, 1 lingură unt, 1 ceaşcă smântână, sare.

Se spală cartofii (de preferinţă cartofi chifle) şi se pun la fiert cu apă rece. Se adaugă puţină sare. Se lasă să fiarbă circa 20 de minute, până încep să se moaie. Într-o altă cratiţă cu fund gros se pune să fiarbă laptele. Cartofii fierţi se curăţă de coajă, se taie felii şi se pun în laptele clocotit, cu o lingură de unt. Se lasă să mai fiarbă la foc mic un sfert de oră. Laptele trebuie să fie bine scăzut. Se adauga smântâna, mişcând cratiţa, ca să cuprindă cartofii. Se mai ţin 5 — 6 rninute la foc, se servesc fierbinţi.

* ALT FEL DE CARTOFI CU SMÂNTÂNĂ

1 kg cartofi, 1 ceaşcă smântână, 1 lingură unt, sare.

Se curăţă cartofii de coajă, se taie sferturi şi se pun la fiert în apă rece cu puţină sare. Când sunt gata, se scurge apa, se adaugă smântâna, untul şi se potrivesc de sare. Se ţin pe maşină până încep să dea în clocot.

383. CIULAMA DE CARTOFI

1 kg cartofi, 1 lingură untură, 2 linguri făină, 1 lingură brânză rasă, sare.

Se curăţă cartofii, se taie feli rotunde mai grosuţe şi se fierb în apă cu sare, fără să se sfărâme. Separat se face un sos alb, dintr-o lingură de untură şi făină, care se stinge cu apa în care au fiert cartofii. Se adaugă brânză rasă. Se toarnă sosul peste cartofii scurşi de apă şi se dă câteva minute la cuptor.

384. CARTOFI LA CUPTOR

1 kg cartofi, 1 lingură unt, 2 ouă, 2 linguri brânză rasă, 1 ceaşcă smântână.

Se fierb cartofii, se curăţă, se taie felii şi se sărează. Se unge cu unt o formă ce merge la cuptor. Se aşază un rând de cartofi, un rând de brânză rasă, un rând de felii de ouă răscoapte. Se repetă, până se umple forma. Între rânduri se pune câte puţin unt. Deasupra se toarnă smântâna, se presară brânză rasă sau caşcaval ras şi se dă la cuptor o

jumătate de oră până se rumenesc. Se servesc în formă.

*** ALT FEL DE CARTOFI LA CUPTOR**
Aceleaşi cantităţi ca mai sus.

Se fierb cartofii, se curăţă, se taie felii. Se amestecă smântâna cu ouăle, brânza rasă şi sare. Se unge o formă cu unt. Se aşază cartofii în rânduri, alternând cu compoziţia de mai sus. Deasupra se presară parmezan ras şi se adaugă câteva aşchii de unt. Se ţin 3/4 oră la cuptor, la foc potrivit Se servesc în formă.

385. CARTOFl CU DOVLECEI LA CUPTOR
500 g cartofi, 30 dovlecei în floare, 1 ceaşcă smântână, 1 lingură brânză rasă, sare.

Se prăjesc uşor în unt cartofii curăţiţi şi tăiaţi felii. De asemenea dovleceii în floare. Se aşază într-o cratiţă de pământ un rând de cartofi şi unul de dovlecei, se toarnă deasupra smântâna cu puţină sare. Se presară brânza rasă. Se dau la cuptor 1/2 de oră, la foc potrivit.

386. CARTOFI CU MACAROANE LA CUPTOR
400 g cartofi, 200 g macaroane, 2 linguri brânză rasă, 2 linguri unt, 500 g roşii, sare, piper.

Se unge cu unt o cratiţă ce merge la cuptor. Se aşază un rând de cartofi fierţi, tăiaţi felii subţiri, se presară brânza rasă. Deasupra se aşază un rând de macaroane fierte în apă cu sare, scurse şi amestecate cu o lingură de unt şi brânză, apoi un rând de carfofi şi brânză. Se toarnă un sos de roşii (v. 63) potrivit din sare şi piper. Se dau la cuptor.

387. MUSACA DE CARTOFI CU LINTE
500 g cartofi, 200 g linte, 1 ceapă, 2 linguri untură, 1 lingură pesmet, 1 lingură bulion, sare, piper.

Se fierb cartofii cu coajă, se curăţă şi se taie felii. Se fierbe din timp lintea, se scurge şi se trece prin maşina de carne. Într-o tigaie se prăjeşte o ceapă cu puţină untură, se adaugă lintea şi se mai ţine câteva minute pe foc; se adaugă sare şi piper. Se unge o cratiţă cu untură, se presară pesmet, se aşază un rând de cartofi, unul de linte şi aşa mai departe. Se toarnă o ceaşcă de apă în care s-a amestecat bulionul şi se dă la cuptor. Când este gata se răstoarnă.

388. MUSACA DE CARTOFI CU ZARZAVAT
500 g cartofi, 2 linguri lapte, 1 lingură unt, 1 morcov, 1 pătrunjel, 3 cepe mrjlocii, 2 linguri untură, 1 lingură bulion, 1 lingură pesmet, sare.

Se face un piure de cartofi (v. 391). Separat se fierb un morcov şi un pătrunjel. Se taie ceapa mărunt, se prăjeşte cu puţină untură şi se adaugă morcovul şi pătrunjelul trecute prin maşină. Se potriveşte de

sare. Se unge cratiţa cu untură, se presară pesmet şi se întinde un strat de piure de cartofi. Deasupra se aşază zarzavatul tocat peste care se pune restul de piure. Se toarnă bulion subţiat cu apă, cât să acopere cartofii, se dă la cuptor. Când este gata, se răstoarnă.

389. CARTOFI UMPLUŢI CU BRÂNZĂ
6 cartofi frumoşi, 200 g brânză de vacă, 2 ouă, 1/2 lingură făină, 1 lingură unt, sare.

Se curăţă cartofii cruzi, se taie în două, în lat, şi se scobesc înăuntru, formând ca nişte găoace cu peretele de 1 cm de gros. Se taie foarte puţin din fund, ca să poată sta în tavă. Se face o umplutură de brânză de vacă cu puţină brânză de oi, două ouă, sare, făină. Se umplu cartofii cu vârf netezindu-se cu un cuţit. Se aşază într-o cratiţă cu unt fierbinte şi se lasă puţin să se rumenească pe fund. Se pune apoi câte puţină zeamă de carne sau apă şi se lasă să fiarbă înăbuşit până ce se frăgezesc. Înainte de a servi se adaugă câteva linguri de smântână.

*** ALTFEL DE CARTOFI UMPLUŢI CU BRÂNZĂ**

Se spală cartofii şi se fierb pe jumătate. Se curăţă, se taie în două şi se scobesc ca mai sus. Se face o umplutură dintr-o felie groasă de pâine muiată în lapte şi stoarsă, o bucată de brânză de vacă cam de 150 g, două ouă, sare, piper, mărar tocat. Se umplu jumătăţile de cartofi, se presară deasupra brânza rasă şi se aşază cu unt într-o tavă sau într-o farfurie rezistentă la foc. Se ţin în cuptor până se rumenesc şi înainte de a-i servi, se pun deasupra câteva linguri de smântână.

390. CARTOFI UMPLUŢI ÎN COAJĂ
12 cartofi mijlocii, 1 lingură unt, 2 gălbenuşuri, 1 lingură brânză rasă, 100 g şuncă sau parizer.

Se aleg cartofii tineri, netezi şi la fel de mari, se spală şi se coc la cuptor (v. 375). Se taie la capăt un capac şi cu ajutorul unei, linguriţe se scoate tot miezul. Se freacă repede, cât este fierbinte, cu o lingură de unt. Se adaugă pe rând două gălbenuşuri, brânză rasă, sare şi şuncă tăiată mărunt. Se umplu cartofii la loc cu vârf, netezindu-i cu lama cuţitului. Se presară cu brânză rasă şi se stropesc cu unt topit. Se aşază pe o tavă, se dau la cuptor, se ţin circa 20 de minute, până se rumenesc deasupra. Se aşază pe o farfurie, pe şervet, se servesc imediat, fierbinţi. Şunca poate fi înlocuită cu aceeaşi cantitate de parizer sau cabanos, tăiate bucăţele mici.

391. PIURE DE CARTOFI
500 g cartofi, 2 linguri unt, 3 linguri lapte, sare.

Se curăţă cartofii, se taie în sferturi şi se pun la fiert într-o cratiţă cu apă cât să-i acopere şi puţină sare. Se fierb repede, se scurg de apă şi se trec cât sunt fierbinţi printr-o sită. Se bat bine cu unt în cratiţa în care au fiert. Când au devenit albi şi spumoşi ca o cremă, se adaugă laptele fierbinte, câte puţin. Se mai bat apoi pe foc, ca să se înfierbânte, fără însă să se rumenească pe fund sau să fiarbă. Se potriveşte gustul sărat. Se serveşte imediat. Cu cât aşteaptă, cu atât este mai puţin gustos. Se poate pregăti piureul fără să se mai treacă prin sită cartofii. Astfel, după ce au fiert, se scurg şi se sfărâmă bine cu o lingură de lemn, pe margmea maşinii. Se adaugă untul şi laptele şi se mai bat repede, până nu rămâne nici un cocoloş.

392. FRIGĂNELE DE CARTOFI
300 g cartofi, 1 ou, 1/2 ceaşcă făină, 1/2 ceaşcă lapte, sare, piper, 1 linguriţă pătrunjel verde tocat, 2 linguri untură.

Se curăţă cartofii cruzi şi se rad pe răzătoarea cu găury mai mari. Se adaugă sare, piper şi pătrunjel verde tocat. Separat se face un aluat de clătite (v. 631). Se amestecă cu cartofii. Se ia dm compoziţie cu linguriţa şi se toarnă în untura fierbinte. Se rumenesc pe ambele părţi.

*** ALT FEL DE FRIGĂNELE DE CARTOFI**
300 g cartofi, 1 ou, 1 lingură făină, un vârf de cuţit de bicarbonat, sare, piper, 2 linguri untură.

Se curăţă cartofii şi se dau prin răzătoare ca mai sus. Se adaugă 1 ou, făină, bicarbonat, sare şi un praf de piper. Se ia din compoziţie cu lingura şi se rumenesc chiftelele pe ambele părţi, în untură sau în ulei. Se servesc cu salată verde sau iarna cu sos de roşii sau cu smântână.

393. CHIFTELE DE CARTOFI CU BRÂNZĂ
300 g cartofi, 2 ouă, 1 lingură brânză rasă, sare, piper, 2 linguri făină, 2 linguri untură.

Se fierb cartofii, se curăţă şi se trec prin sită sau prin maşina de tocat carne, se amestecă cu ouăle bătute ca pentru omletă, o lingură de brânză rasă, o lingură de făină, sare şi puţin piper. Cu această pastă se face un cârnat gros, care se taie felii de un deget de groase. Aceste felii se tăvălesc prin făină şi se prăjesc pe ambele părţi în untură fierbinte.

394. CHIFTELE DE CARTOFI COPŢI
500 g cartofi, 1 felie pîine, 2 lingim făină, 2 ouă, 1 linguriţă verdeaţă tocată, 1 lingură pesmet, 2 linguri untură.

Se coc cartofii. Se rup în două, se scobesc, iar miezul se freacă bine împreună cu o felie de pâine muiată în lapte şi stoarsă. Se adaugă sare, un praf de piper, o lingură rasă de făină, gălbenuşurile, puţină frunză verde de pătrunjel şi la sfârşit cele două albuşuri bătute

spumă. Se fac chifteluţe rotunde, se dau prin făină, ou şi pesmet şi se prăjesc în untură sau în ulei.

395. CHIFTELE DE CARTOFI PRĂJITE ÎN ULEI
500 g cartofi, 2 linguri făină, sare, 2 linguri ulei.

Se fierb cartofii, se curăţă şi se dau prin maşina de tocat carne, se amestecă cu făină, se pune sare şi se frămîntă. Se fac chiftele ca mai sus, şi se prăjesc în ulei fierbinte. "e pot servi cu murături sau cusalată verde.

396. TURTĂ DE CARTOFI
500 g cartofi, 50 g unt, sare, piper, 1 lingură untură.

Se coc cartofii la cuptor. Se rup în două, se scobesc, iar miezul se sfărâmă cu furculiţa. Se adaugă sarea, piperul şi untul. Se încinge într-o tigaie untura, se întind egal cartofii sfărâmaţi, apăsându-i cu lingura, se lasă să se rumenească pe o parte, apoi se întoarce ca o clătită turta formată, lăsând-o să se rumenească şi pe cealaltă parte. Se taie sferturi şi se serveşte pe lângă legume.

397. IAHNIE DE CARTOFI
1 kg cartofi, 2 cepe, 2 linguri ulei, 1 ceaşcă apă, 1 lingură bulion, sare, o frunză mică de dafin, 3 roşii, verdeaţă tocată.

Se curăţă cartofii şi se taie în lung, în sferturi. Se prăjeşte în ulei ceapa tăiată mărunt şi când s-a îngălbenit, se pun cartofii. Se lasă puţin, pe foc, apoi se toarnă o ceaşcă de apă în care s-a adăugat o lingură de bulion, sare şi o frunză de dafin. Se lasă să fiarbă înăbuşit fără să se mai amestece cu lingura în cratiţă. Dacă mai trebuie, se adaugă puţină apă. Se pot pune şi câteva roşii tăiate în două şi fără seminţe. La sfârşit se adaugă puţin pătrunjel sau mărar tocat. Se lasă să se răcorească înainte de a servi.

398. GĂLUŞTE DE CARTOFI LA CUPTOR
500 g cartofi, unt proaspăt cât o nucă, 2 ouă, 2 linguri făină, 2 linguri brânză rasă, sare, piper, 1 lingură unt topit.

Se fierb cu coajă cartofii, se curăţă şi se trec prin sită sau prin maşina de carne. Se adaugă unt cât o nucă, două ouă, făina şi o lingură de brânză rasă. Se potriveşte de sare şi de piper. Se fac găluşte cu mâna dată prin făină. Se pune o cratiţă cu apă şi puţină sare la foc şi când dă în clocot, se introduc găluştele. Se ţin un sfert de oră fără să mai fiarbă. Se scurg, se aşază într-o formă, se pune brânză rasă printre ele, se stropesc cu unt topit şi se dau câteva minute la cuptor.

399. GĂLUŞTE DE CARTOFI CU SOS DE ROŞII
500 g cartofi, 2 linguri făină, sare, piper, 1 ceapă, 1 linguriţă

untură, 500 g roşii sau 1 lingură bulion, 1 lingură brânză rasă.

Se fierb cartofii, se curăţă şi se trec prin sită sau prin maşina de carne. Se adaugă făină astfel încât aluatul să fie ceva mai tare, se potriveşte de sare şi piper. Se fac cu mâna dată prin făină, mici cârnăciori de grosimea degetului şi se fierb în apă cu sare la fel ca mai sus. Între timp se face un sos de roşii în felul următor: se prăjeşte o ceapă tocată mărunt în puţină untură, se stinge cu apă şi se lasă să fiarbă până se moaie. Se adaugă câte puţin bulion şi se potriveşte de sare. Se scurg găluştele, se aşază pe farfurie, deasupra se toarnă sosul, se presară puţină brânză rasă şi se servesc calde.

400. PIURE DE URZICI CU ULEI

1 kg urzici, 1 lingură făină, sare, 1 ceapă, 1 lingură ulei, hrean.

Nu sunt bune decât urzicile foarte tinere, ieşite la începutul primăverii. Se aleg frunzele, se spală în mai multe ape. Nu se scurge apa din vasul în care se spală, ci se scot urzicile cu mâna în alt vas cu apă, astfel încât tot nisipul şi pământul de pe ele să rămână în fundul vasului. Se repetă această operaţie de câteva ori, până când urzicile rămân foarte curate. Se fierb în apă clocotită cu sare, în vas descoperit. Când sunt gata, se scurg, se trec prin sită sau se toacă pe un fund de lemn. Se pun din nou la foc, se amestecă cu făină şi cu 2 — 3 linguri de zeamă în care au fiert urzicile, şi se bat bine pe maşină până ce se umflă. Se servesc fierbinţi, cu hrean ras, ceapă prăjită în ulei şi mămăligă.

401. PILAF DE URZICI

500 g urzici, 1 ceapă, 2 linguri ulei, 1 ceaşcă orez, sare.

Se aleg şi se spală urzicile ca mai sus. Se pun la fiert. Se prăjeşte ceapa tăiată mărunt cu ulei. Se adaugă orezul şi se prăjeşte uşor. Se scurg urzicile, se toacă, dar nu prea mărunt, se aşază în cratiţă cu orezul, se toarnă două ceşti de apă în care au fiert urzicile, se potriveşte de sare, se dă la cuptor 20 — 30 de minute. Orezul este fiert când luat între degete se sfărâmă uşor. Boabele de orez trebuie să rămână însă întregi. Se serveşte rece.

402. PILAF DE URZICI CU ARPACAŞ

500 g urzici, 1 ceapă, 2 linguri u!ei, 1 ceaşcă arpacaş, sare.

Se face la fel cu pilaful de orez, arpacaşul trebuie însă muiat în apă din ajun, ca să fiarbă mai uşor.

403. SPANAC CU UNT

1,500 kg spanac, 50 g unt proaspăt, sare.

Se alege spanacul şi se spală în mai multe ape ca şi urzicile. Se fierbe descoperit în apă clocotită cu sare. Când este gata, se scurge bine de apă, se pune puţin unt proaspăt şi se serveşte imediat, ca garnitură la friptură sau cu crochete, friganele etc.

404. PIURE DE SPANAC

1,500 kg spanac, 1 ceapă (după gust), 1 lingură unt, 1/2 lingură făină, 1 ceaşcă zeamă de carne sau lapte, sare.

Se alege, se spală şi se fierbe spanacul. Se scurge, se toacă fin pe un fund de lemn, sau se dă prin maşină. Se taie mărunt o ceapă şi se prăjeşte uşor cu o lingură de unt. Se pune spanacul şi se presară făina. Când aceasta este bine amestecată, se toarnă o ceaşcă din apa în care a fiert spanacul (sau o ceaşcă de lapte ori de zeamă de carne). Se ţine pe maşină amestecând mereu, până ce spanacul a fiert şi este destul de legat.

*** ALT FEL DE PIURE DE SPANAC**

1,500 kg spanac, 1 lingură unt, 1/2 lingură făină, sare.

Se fierbe spanacul şi se toacă. Separat se prăjeşte uşor făina cu o lingură de unt. Se stinge cu o ceaşcă sau două de apă în care a fiert spanacul. Se lasă să dea câteva clocote, până ce se obţine un sos gros ca o smântână. Se amestecă cu spanacul şi se lasă să mai fiarbă puţin, amestecând ca să nu se prindă pe fund. În loc de rântaşul cu făină, se poate adăuga la spanac o ceaşcă bună de smântână în care s-a pus un praf de făină. Piureul de spanac se serveşte cu ochiuri, crochete, frigănele.

405. SPANAC LA CUPTOR

1,500 kg spanac, 3 linguri brânză rasă, 50 g unt proaspăt, 1/2 lingură făină, sare, 6 felii de franzelă, 2 linguri unt topit, 1 lingură pesmet.

Se pregăteşte piureul de spanac ca mai sus, adăugînd două Iinguri de brânză rasă şi puţin unt proaspăt. Se prăjesc câteva felii de pâine în unt. Se unge cu unt o formă rezistentă la foc. Se aşază feliile de pâine la fund, se toarnă spanacul deasupra, se presară cu o lingură de pesmet fin, amestecat cu o lingură de brânză rasă. Se dă la cuptor, aşezând forma pe un grătar, pentru ca spanacul să nu fiarbă, ci numai să se rumenească deasupra. Se serveşte în formă.

406. SPANAC CU CIUPERCI LA CUPTOR

1 kg spanac, 150 g ciuperci, 3 linguri unt, *2* linguri brânză rasă.

Se alege şi se spală spanacul în mai multe ape. Se opăreşte în apă clocotită, cu sare. Se scurge apăsând ca să iasă toată apa şi se pune într-o cratiţă cu o lingură de unt. Separat se înăbuşă în unt ciupercile curăţite şi tăiate felii. Se amestecă spanacul cu ciupercile, se adaugă brânza rasă şi o lingură de unt. Se aşază într-o formă rezistentă la foc, se presară brânză şi puţin unt, se dă câteva minute să se rumenească deasupra.

407. BUDINCĂ DE SPANAC

1 kg spanac, 2 linguri unt, 1 lingură făină, 1 ceaşcă lapte, 3 ouă, 50 g şuncă sau parizer, sare, 1 lingură brânză sau caşcaval

ras.

Se alege spanacul, se spală în mai multe ape şi se fierbe. Se scurge şi se toacă pe fund sau se trece prin maşina de tocat. Separat se face un sos gros dintr-o lingură de unt şi o, lingură de făină, stinse cu o ceaşcă de lapte sau de apă în care a fiert spanacul. Se amestecă cu piureul de spanac şi după ce s-a mai răcorit, se adaugă trei gălbenuşuri puse pe rând, iar la sfîrşit cele trei albuşuri bătute spumă şi puţină şuncă tăiată mărunt. Se potriveşte de sare. Se unge bine cu unt o formă de budincă, se toarnă compoziţia, se acoperă şi se pune cu totul în alt vas cu apă, la cuptor. Se ţine 40 — 50 de minute. Se răstoarnă şi se presară deasupra cu puţină brânză rasă sau cu caşcaval ras.

408. BUDINCĂ DE CLĂTITE CU SPANAC

1 kg spanac, 2 linguri unt, 1 lingură făină, 1 lingură brânză rasă. Pentru clătite: 2 ouă, 1 ceaşcă lapte, 1 ceaşcă făină, sare.

Se face un piure de spanac (v. 404). Separat se fac 12 — 14 clătite din ouă (v. 631). Se unge bine cu unt o cratiţă de mărimea clătitelor, se aşază o clătită pe fund şi 3 — 4 pe margini, ca odată cratiţa plină, să poată fi întoarse deasupra şi toată budinca să fie îmbrăcată în clătite. Se pune un strat de piure de spanac, o clătită şi aşa mai departe, până când se umple cratiţa. Se întorc deasupra clătitele de pe margini, se stropeşte budinca cu unt şi se dă la cuptor să se rumenească. Când este gata, se răstoarnă şi.se presară deasupra brânză rasă.

409. SUFLEU DE SPANAC

1 kg spanac, 2 linguri unt, 1/2 lingură făină, 1/2 ceaşcă smântână, 2 linguri brânză rasă, 3 ouă, sare.

Se fierbe spanacul şi se toacă. Se înfierbântă într-o cratiţă o lingură de unt, se adaugă făina şi se lasă să se îngălbenească, se pune spanacul, se ţine câteva minute pe foc şi se adaugă câte puţin smântâna, amestecând mereu. Se dă la o parte şi se amestecă cu brânza rasă. Se potriveşte de sare. Când începe să se răcorească, se adaugă gălbenuşurile puse pe rând şi la urmă albuşurile bătute spumă. Se unge o formă bine cu unt şi se toarnă compoziţia. Se stropeşte cu unt, se presară brînză rasă şi se dă la cuptor. Se ţine trei sferturi de oră la foc bun, până creşte frumos. Se serveşte în formă.

410. ŞTEVIE

Aceleaşi cantităţi ca pentru mâncările de spanac.

Mâncările de ştevie se pregătesc la fel ca mâncările, de spanac.

411. MĂCRIŞ CU OU

1 kg măcriş, 2 linguri unt, 2 gălbenuşuri, 2 linguri smântână, sare.

Se curăţă şi se spală măcrişul la fel ca urzicile. Se scurge şi,

dacă este tânăr, se înăbuşă într-o cratiţă cu unt. Dacă este mai bătrîn, se opăreşte întâi în apă clocotită cu sare, se scurge pe o sită şi se pune apoi într-o cratiţă cu unt. Se ţine pe foc circa o jumătate de oră, se potriveşte de sare. Când este gata se dă la o parte, se adaugă puţin unt proaspăt. Se ţine la cald. Se bat într-un castron smântâna cu gălbenuşurile, se amestecă cu măcrişul, se înfierbântă împreună fără să fiarbă. Se serveşte cu ouă răscoapte tăiate în sferturi.

412. SPARANGHEL FIERT

1,500 kg sparanghel, 2 l apă, sare. Pentru sos: 2 gălbenuşuri, 1 linguriţă muştar, 100 g ulei, sare, lămâie, sau 2 linguri unt, 1 lingură pesmet.

Se alege sparanghel foarte proaspăt. Se curăţă de partea fibroasă şi se spală în mai multe ape. Se leagă câte 8 — 10 fire într-un mănunchi şi se taie apoi toate de aceeaşi lungime. Se pune la fiert apă cu sare şi când clocoteşte, se dă drumul legăturilor de sparanghel. Apa trebuie să le cuprindă bine. Din momentul când dau în clocot, se ţin la foc circa o jumătate oră. Trebuie să fiarbă încet. Se scurg, se taie aţele şi se aşază pe un şervet, pe farfurie. Se serveşte cu maioneză sau cu unt topit şi pesmet prăjit. Sparanghelul fiert se poate servi şi rece, cu sos tartar (v. 52). Sosul se serveşte separat, în sosieră.

413. CHIFTELE DE SPARANGHEL LA CUPTOR

1 kg sparanghel, 2 l apă, 2 linguri făină, 2 linguri brânză rasă, 1 lingură unt, 3 ouă, 3 linguri untură, 1 ceaşcă smântână, 1 linguriţă făină, sare.

Pentru chiftele se preferă sparanghel cu firul verde şi subţire. Se curăţă şi se fierbe la fel ca mai sus şi se scurge bine de apă. Se trece prin maşina de tocat carne. Se adaugă făina, brânza, o lingură de unt, ouăle puse pe rând, sare. Se amestecă totul împreună. Se face o pastă groasă ca o smântână. Se ia cu lingura din compoziţie, se dă drumul într-o tigaie cu untură fierbinte şi se rumenesc chiftelele pe amândouă părţile. Se aşază într-o formă rezistentă la foc. Se toarnă deasupra smântâna amestecată cu o linguriţă de făină, se presară brânză rasă. Se dau o jumătate de oră la cuptor.

414. DOVLECEI CU SMÂNTÂNĂ

6 dovlecei mijlocii sau 1 kg dovlecei în floare, 1 lingură unt, 1 ceaşcă smântână, 1 linguriţă făină, sare.

Se rad dovleceii de coajă. Dacă sunt mici, în floare, se lasă întregi, cei mai mari se taie potrivit, în lung. Se pun în apă fierbinte, sărată, să dea câteva clocote. Când încep să se moaie, se scurge bine apa şi se înăbuşă puţin în unt. Se adaugă apoi smântâna amestecată cu făina. Se dau la cuptor, la foc mic. Dovleceii trebuie să fie fierţi, dar nu sfărâmaţi.

415. DOVLECEI CU SOS ALB

6 dovlecei mijlocii, 2 l apă, sare, 1 lingură unt, 1 lingură făină, 1 ceaşcă lapte, 2 linguri brânză rasă.

Se rad dovleceii de coajă, se rad apoi pe o răzătoare cu găuri mari, astfel încât să iasă lungi, ca tăiţeii. Se fierb puţin în apă clocotită, potrivită de sare. Când sunt aproape fierţi, se scurg prin strecurătoarea de macaroane. În acest timp se face un sos alb din făină şi unt, stins cu lapte (sau cu zeama de la dovlecei), se amestecă cu dovleceii şi cu brânza rasă. Se aşază într-o formă şi se dau la cuptor să se rumenească.

416. MÂNCARE DE DOVLECEI

6 dovlecei mijlocii, 2 linguri unt, 1 ceapă, 1 linguriţă făină, 1 Iingură bulion, 1 ceaşcă zeamă de carne, pătrunjel verde tocat.

Se curăţă dovleceii ca mai sus. Se înăbuşă într-o cratiţă cu puţin unt. Se face un sos din ceapă tăiată mărunt şi prăjită uşor în unt, făină, o lingură de bulion, zeamă de carne. Se toarnă peste dovlecei, se ţin până sunt fierţi, dar nu sfărâmaţi. Înainte de a servi se adaugă puţin pătrunjel tocat.

417. DOVLECEI ÎN FLOARE,GRECEŞTI

1 kg dovlecei în floare, 2 linguri ulei, 100 g arpagic, 2 linguriţe mărar şi pătrunjel verde tocat.

Se aleg dovlecei tineri, foarte proaspeţi. Nu se rad, se spală numai şi se rumenesc într-o cratiţă cu puţin ulei. Separat se prăjeşte uşor, de asemenea în ulei, arpagicul, se stinge cu puţină apă şi se lasă să fiarbă înăbuşit, pînă se moaie. Se pune arpagicul în aceeaşi cratiţă cu dovleceii, se adaugă puţină apă, verdeaţă tocată şi se potriveşte de sare. Se poate adăuga în sos şi zeama de la o jumătate de lămâie.

Se dau la cuptor şi când sunt gata, se servesc după ce s-au mai răcorit.

418. DOVLECEI CU CARTOFI LA CUPTOR

3 dovlecei, 300 g cartofi, 2 ouă, 1 lingură untură, 1 lingură brânză rasă, 1 linguriţă verdeaţă tocată, 2 ceşti lapte, 50 g unt proaspăt, sare.

Se rad dovleceii, se curăţă cartofii şi se taie felii (cruzi). Se fierb ouăle răscoapte. Se unge cu untură o formă rezistentă la foc, se aşază un rând de felii de cartofi, un rând de felii de dovlecei, unul de felii de ouă răscoapte, se presară brânză, puţină verdeaţa şi din nou cartofi, dovlecei şi ouă. Deasupra se toarnă lapte, potrivit de sărat, cât să acopere legumele din formă, se pun câteva bucăţele de unt proaspăt şi se dă la cuptor, la foc potrivit, până ce se fierb cartofii şi dovleceii.

419. DOVLECEI CU MAZĂRE ŞI VERDEAŢĂ

1 kg dovlecei în floare, 4 roşii, 250 g mazăre verde boabe, 1 ceapă, 1 linguriţă mărar şi pătrunjel tocat, 2 linguri ulei, sare.

Se toacă ceapa mărunt şi se prăjeşte cu puţin ulei. Se adaugă dovleceii în floare, proaspeţi, câteva felii de roşii şi verdeaţă tocată. Se potriveşte de sare, se acoperă şi se dă la cuptor. Când dovleceii sunt gata, se adaugă mazărea fiartă separat în apa cu sare. Mâncarea se serveşte rece.

420. CHIFTELE DE DOVLECEI

3 dovlecei mijlocii, 1 ou, 2 linguri făină, 1 linguriţă verdeaţă tocată, sare, piper, 2 linguri untură.

Se fierb dovleceii şi se scurg bine (se ţin la scurs cel puţin o jumătate de oră, ca să lase apa din ei). Se toacă, se amestecă cu un ou, făină, piper, sare, verdeaţă. Se toarnă cu lingura într-o tigaie cu untură (sau ulei) fiterbinte. Se prăjesc pe ambele părţi şi se servesc cu salată.

421. DOVLECEI PRĂJIŢI

3 dovlecei mijlocii, 2 linguri făină, 1/2 ceaşcă lapte, 3 linguri untură.

Se rad dovleceii de coajă şi se taie fie în lung, fie rotund, în felii de 1/2 centimetru grosime. ***Nu trebuie să se săreze înainte de a fi puşi la prăjit.*** Se înfierbântă untura. Pentru ca dovleceii să fie frumos rumeniţi, trebuie prăjiţi în untură multă. Se dau dovleceii în făină, se moaie în lapte şi din nou se dau în făină. Se rumenesc pe ambele părţi. Trebuie serviţi imediat ce sunt gata. Dacă stau, se moaie cojiţa de deasupra. Se sărează la masă.

422. DOVLECEI PANE

3 dovlecei mijlocii, 1 lingură făină, 1 ou, 1 lingură pesmet, 3 linguri untură.

Se pregătesc dovleceii la fel ca pentru prăjit. Se dau prin făină, ou şi pesmet. Se rumenesc în untură multă, fierbinte. Se servesc îndată ce sunt gata. Se sărează la masă.

423. DOVLECEI UMPLUŢI CU MIEZUL LOR

6 dovlecei mijlocii, 1 felie pâine, 2 cepe, 1 lingură făină, 1 ou, 1 lingură bulion sau 4 roşii, 1 linguriţă verdeaţă tocată, sare, piper, 2 linguri untură sau ulei.

Se aleg dovlecei proaspeţi de mărime mijlocie. Se rad, se taie în două şi se scobesc. Miezul scos se toacă împreună cu o felie de pâine muiată şi stoarsă şi o ceapă prăjită. Se adaugă un ou, sare, piper, făină şi verdeaţă tocată. Cu această compoziţie se umplu dovleceii şi se aşază într-o cratiţa cu puţină untură şi se rumenesc. Separat se face următorul sos de roşii: se prăjeşte uşor o ceapă tocată cu puţină untură, se pune un vârf de lingură de făină, se stinge cu apă, se adaugă bulion, se lasă să dea câteva clocote şi se toarnă în cratiţă peste dovlecei. Se dă la cuptor o jumătate de oră până sunt dovleceii fragezi.

Aceeaşi mâncare se poate pregăti, înlocuind untura cu ulei şi oul cu o lingură de făină.

424. DOVLECEI UMPLUŢI CU BRÂNZĂ

6 dovlecei mijlocii, 2 linguri unt sau untură, 2 linguri brânză, 1 lingură pesmet, sare, 2 linguri smântână.

Se rad dovleceii, se taie în două şi se scobesc. Miezul se prăjeşte cu puţină untură, se amestecă cu brânza (fie brânză albă de Brăila, fie altă brânză) şi cu pesmetul. Se potriveşte de sare. Se umplu dovleceii şi se pregătesc la fel ca mai sus, adăugând în sos, dacă avem, puţină smântână.

* ALTFEL DE DOVLECEI UMPLUŢI CU BRÂNZĂ

6 dovlecei mijiocii, 150 g brânză de vacă, 2 ouă, 25 g unt proaspăt, mărar tocat, 1 lingură unt topit, 2 linguri smântână, sare.

Se aleg dovlecei mijlocii, se rad, se taie în două şi se scobesc. Se opăresc şi se lasă să se scurgă. Separat se freacă brânza de vacă cu ouăle şi cu untul proaspăt. Se adaugă puţin mărar tocat şi se potriveşte de sare. Se umplu dovleceii, se aşază într-o cratiţă cu unt şi se rumenesc la cuptor. Dacă este necesar, se toarnă câte puţină apă. Înainte de a servi, se adaugă smântâna.

425. ALŢI DOVLECEI UMPLUŢI

6 dovlecei mijlocii, 200 g brânză de vacă, 1 ou, 1 lingură pesmet, 2 linguri orez, 1 ceapă mică, 1 linguriţă verdeaţă tocată, 2 linguri unt sau untură, 4 roşii sau 1 lingură bulion.

Se rad dovleceii, se taie în două sau în trei bucăţi, după mărime, şi se scobeşte miezul. Separat se freacă brânza de vacă cu ou şi cu pesmet. Se adaugă orezul fiert cu puţină apă, o ceapă mică tocată şi rumenită cu unt sau untură, sare, piper, verdeaţă tocată. Cu această compoziţie se umplu dovleceii, se rumenesc pe toate părtile, în cratiţă, cu o lingură de untură. Deasupra se toarnă un sos de roşii şi se dau la cuptor să fiarbă înăbuşit, până sunt dovleceii fragezi.

426. DOVLECEI UMPLUTI CU SUFLEU DE BRÂNZĂ

5 dovlecei frumoşi, 2 linguri unt, 1 lingură făină, 1 ceaşcă lapte sau apă, 2 linguri brânză, 2 ouă, sare.

Se aleg dovlecei frumoşi. Se taie în patru, întâi în lat, apoi fiecare bucată în două, în lungime. Se opăresc în apă clocotită cu sare. Se scot, se scurg, iar când s-au răcorit, fiecare sfert se scobeşte înăuntru. Separat se face un sos gros dintr-o lingură rasă de unt şi o lingură plină de făină, care se stinge cu apă sau cu lapte, amestecând mereu să nu se facă cocoloşi, până se îngroaşă bine şi se desface de pe cratiţă. Se dă la o parte să se răcorească, apoi se adaugă brânză rasă, sare şi pe rând două gălbenuşuri şi cele două albuşuri bătute spumă. Cu această compoziţie se umplu sferturile de dovlecei, se

aşază unele lângă altele într-o tavă unsă cu unt. Se presară deasupra brânză rasă, se dau la cuptor, se ţin până **ce** creşte umplutura. Se scot şi se aşază pe farfurie.

427. DOVLECEI CU ROŞII LA CUPTOR

3 dovlecei mijlocii, 500 g roşii, 1 lingură făină, 190 g brânză albă, 2 linguri unt sau untură, sare.

Se aleg dovlecei de mărime potrivită. Se rad, se taie felii rotunde şi se prăjesc în unt sau în untură. Se unge cu unt o formă rezistentă la foc, se aşază rânduri de dovlecei alternând cu felii de roşii şi cu feliuţe subţiri de brânză de Brăila. Se potrivesc de sare, se presară deasupra brânză rasă şi se pun câteva bucăţele de unt. Se dau la cuptor. Se servesc în formă. Se mai pot pregăti dovleceii ca mai sus, aşezându-i în formă cu felii de roşii, şi înlocuind brânza cu câţiva căţei de usturoi, tocaţi şi rumeniţi cu puţină untură. Deasupra se presară pesmet şi câteva bucăţele de unt.

428. SUFLEU DE DOVLECEI

4 dovlecei mijlocii sau 750 g dovlecei în floare, 3 linguri unt, 2 linguri făină, 1/2 ceaşcă lapte sau apă, 2 linguri brânză, 3 ouă, sare.

Se rad dovleceii, se taie în bucăţi potrivite şi se opăresc cu apă clocotită şi sare. Se scurg, se aşază într-o formă de pământ (terină), cu unt. Se ţin puţin pe foc până iese toată umezeala din ei. Se face separat o compoziţie ca pentru sufleul de fasole (v. 434). Se toarnă deasupra, se presară brânză rasă. Se dă o oră la cuptor, la foc mijlociu, până creşte. Se serveşte în formă.

429. PILAF CU DOVLECEI

3 dovlecei mijlocii, 1 ceaşcă orez, 1 ceapă, 2 linguri ulei, sare, mărar tocat, 2 ceşti cu apă. Pentru sos: 500 g roşii, 1 linguriţă zahăr, 1 linguriţă făină, 1 frunză de ţelină, sare.

Se rad dovleceii, se taie şi se rumenesc cu puţin ulei. Se pregăteşte orezul ca pentru pilaful de urzici (v. 401). Se aşază într-o cratiţă orezul şi dovleceii, împreună cu uleiul în care au fost prăjiţi, se adaugă apă, două ceşti la o ceaşcă de orez. Se potriveşte de sare. Se pune verdeaţă, se acoperă, se lasă să fiarbă la cuptor, la foc mic, o jumătate de oră. Este gata când bobul de orez se striveşte uşor între degete. Se serveşte cu sos de roşii pregătit din roşii fierte cu sare, zahăr, făina şi o frunză de ţelină. Orezul poate fi înlocuit cu arpacaş, care trebuie muiat din ajun pentru ca să fiarbă mai uşor.

430. FASOLE VERDE CU ULEI

1 kg fasole grasă, 1 ceapă, 2 linguri ulei, 4 roşii, 1 linguriţă făină, 1 linguriţă verdeaţă tocată, sare.

Se curăţă fasolea, de preferinţă fasole grasă. Se pune în apă fierbinte să dea câteva clocote. Se prăjeşte cu ulei o ceapă tocată, se

pune făină şi se stinge cu apă. Se adaugă roşiile curăţite de pieliţe sau bulion, verdeaţă şi fasolea scursă de apă. Se potriveşte de sare şi se dă la cuptor.

431. FASOLE VERDE CU OMLETĂ LA CUPTOR

750 g fasole, 3 ouă, 1 lingură făină, 3 linguri lapte, 2 linguri unt, sare.

Se curăţă fasolea şi se fierbe. Se scurge şi se aşază cu unt într-o formă rezistentă la foc. Separat se bat ouăle ca pentru omletă, cu făină şi lapte sau smântână. Se potriveşte de sare. Se toarnă compoziţia peste fasole şi se dă la cuptor. Se ţine până se prinde ca o omletă. Se serveşte în formă.

432. FASOLE VERDE CU UNT PROASPĂT

1,500 kg fasole, 50 g unt proaspăt, sare.

Se curăţă fasolea rupând-o la capete. Se spală şi se pune la fiert în apă clocotită cu un praf de sare. Se fierbe descoperită, la foc potrivit. Se scurge, se adaugă puţin unt proaspăt, mişcând cratiţa pentru ca untul să le cuprindă bine. Se potriveşte de sare şi se serveşte fără să se mai ţină pe foc.

433. FASOLE VERDE CU SMÂNTÂNĂ

1,500 kg fasole, pentru rest aceleaşi cantităţi ca la “Dovlecei cu smântână”.

Se curăţă fasolea şi se fierbe cu apă clocotită. Se scurge şi se pregăteşte la fel ca dovleceii cu smântână (v. 414).

434. SUFLEU DE FASOLE VERDE

750 g fasole fidea, pentru rest aceleaşi cantităţi ca la “Sufleu de dovlecei” (v. 428).

Se curăţă fasolea şi se fierbe în apă clocotită cu puţină sare. Se scurge, se aşază cu unt într-o formă rezistentă la foc şi se ţine pe maşină până iese umezeala din fasole. Separat se prăjesc două linguri nu prea pline de făiriă, în două linguri de unt topit, fierbinte. Se amestecă, fără să se rumenească de loc şi se sting cu lapte sau cu apă. Se lasă să fiarbă până se îngroaşă bine şi se desface de pe cratiţă. Se dă la o parte. Când compoziţia s-a răcorit puţin, se adaugă brânza rasă şi gălbenuşurile puse pe rând.

Se potriveşte de sare. La sfârşit se adaugă albuşurile spumă. Se toarnă compoziţia peste fasole, se stropeşte cu unt, se presară brânză, se dă la cuptor o oră. Se serveşte când a crescut frumos.

435. FASOLE BOABE, FIARTĂ

500 g fasole uscată, 1 ceapă, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 frunză de dafin, sare.

Se alege fasolea şi se spală. Înainte de a fi pusă la fiert, se ţine două ore în apă călduţă. Se scurge şi se pune într-o oală cu apă rece, cât să le cuprindă bine. Se pune pe foc mic, să înceapă încet să fiarbă. După ce dă în clocot se trage la o parte, se scurge şi se pune din nou pe foc potrivit, cu altă apă fierbinte. Se adaugă o ceapă, zarzavatul, o frunză de dafin, spre sfârşit se pune sarea. Se fierbe pe foc mic. Numai astfel boabele rămân întregi. Se serveşte caldă sau rece, cu murături. După gust se pot adăuga doi, trei căţei de usturoi. Când se aşază în castron sau în farfurie, se scoate zarzavatul şi frunza de dafin. Dacă fasolea este mai veche se moaie în apă din ajun.

436. FASOLE BOABE CU SLĂNINĂ

500 g fasole uscată, 1 păhărel vin roşu, 1 ceapă, 2 linguri untură, 100 g slănină afumată, 1 lingură bulion, 1 frunză de dafin.

Se alege fasole cu bobul mare. Se ţine, înainte de a fi pusă la fiert, două ore în apă abia călduţă. Se scurge şi se pune într-o oală cu apă rece, care să o acopere cu un strat de un deget. Se pune oala pe foc mic, să înceapă să fiarbă cu încetul. Cum dă în clocot, se trage la o parte, se scurge şi se pune din nou la foc potrivit, cu apă fierbinte, în cantitate egală cu aceea vărsată. Se adaugă un păhărel de vin roşu. Se lasă să fiarbă la foc potrivit, se ia spuma. Separat se prăjeşte în untură o ceapă tăiată mărunt şi se pune în oală, după ce fasolea a început să fiarbă, împreună cu slănina afumată, tăiată mărunt, o Iingură de bulion, o frunză de dafin; spre sfârşit se pune sarea. Fasolea, după soi, trebuie să fiarbă circa 1 1/2—3 ore. Dacă scade prea mult în timpul fiertului, se mai adaugă puţină apă clocotită.

437. IAHNIE DE FASOLE

500 g fasole uscată, 3 cepe, 2 linguri ulei, 1 lingură bulion, 1 frunză de dafin.

Se alege fasolea şi se fierbe după cum s-a arătat mai sus. Se prăjeşte separat, în ulei, ceapa tăiată peştişori şi când fasolea este fiartă, se amestecă cu aceasta, se adaugă bulion, o frunză de dafin, sare. Se ţin să dea câteva clocote împreună. Nu trebuie lăsatâ să scadă prea tare; se serveşte răcorită.

438. FASOLE BĂTUTĂ

500 g fasole uscată, 2 cepe, 2 linguri ulei, sare, 1 căpăţână usturoi.

Se alege fasolea boabe şi se fierbe (v. 436). Dacă fasolea este nouă, nu trebuie ţinută în apă mai înainte. Se trece fierbinte prin sită şi se bate bine la foc până creşte. Se serveşte cu ceapă prăjită în ulei sau cu mujdei de usturoi şi cu mămăliguţă.

439. MAZĂRE VERDE ÎNĂBUŞITĂ

1 kg mazăre boabe, verde, 1 lingură unt, 1 linguriţă zahăr, sare.

Mazărea pentru gătit trebuie să fie proaspătă, altfel nu este gustoasă. Se alege mazărea şi se pune la foc cu o lingură de unt. Se acoperă, se ţine să fiarbă înăbuşit, la foc mic. Din când în când se adaugă câte o lingură de apă. Se pune sare, o linguriţă de zahăr. Se serveşte cu frigănele sau cu crochete.

440. MAZĂRE VERDE FIARTĂ

1 kg mazăre boabe, verde, 1 l apă, 50 g unt proaspăt, 1 linguriţă zahăr, 1 linguriţă mărar verde tocat, sare.

Se alege mazărea, se pune la fiert cu apă clocotită şi cu un praf de sare. Trebuie să fiarbă circa o jumătate de oră, nu însă la foc mare. Când este gata, se scurge, se lasă o clipă pe maşină, ca să nu mai aibă de loc apă. Se pune sare, o linguriţă de zahăr, o linguriţă de mărar verde tocat şi unt proaspăt.

441. MAZĂRE VERDE CU SLĂNINĂ

1 kg mazăre verde boabe, 200 g arpagic, 150 g slănină fiartă, 1/2 lingură făină, 1 lingură unt.

Se alege mazărea. Se prăjesc uşor cu puţin unt arpagicul şi slănina fiartă, tăiată în mici cuburi. Când sunt puţin rumenite, se pune şi mazărea. În acest timp, se face un râmtaş din unt cu făină. Se stinge cu o ceaşcă de apă. Se toarnă sosul peste mazăre, se lasă să fiarbă circa jumătate de oră. Se potriveşte de sare, se serveşte cu crochete.

442. SUFLEU DE MAZĂRE

500 g mazăre verde, boabe, pentru rest aceleaşi cantităţi ca la “Sufleu de fasole”.

Se pregăteşte la fel ca sufleul de fasole (v. 434).

443. MAZĂRE VERDE PĂSTĂI

1 kg mazăre păstăi, 1 lingură unt, 1 linguriţă zahăr, 1 linguriţă făină, sare.

Se curăţă păstăile de mazăre ca şi fasolea verde, apoi se pregătesc ca mazărea verde boabe.

444. MAZĂRE BĂTUTĂ

500 g mazăre uscată, 3 cepe, 1 cartof, sare, 2 linguri ulei, 1 căpăţână usturoi.

Se alege mazărea uscată. Se spală şi se lasă să stea două ore în apă călduţă. Se scurge şi se pune cu apă rece pe foc potrivit, să înceapă să fiarbă cu încetul. Se ţine circa două, trei ore. Se adaugă de la început o ceapă şi un cartof. Când mazărea este bine fiartă şi mai ales foarte scăzută, se trece fierbinte prin sită; se pune din nou într-o oală şi se bate pe marginea maşinii, până se umflă şi devine spumoasă. Se potriveşte de sare. Se serveşte cu ceapă prăjită în ulei

sau cu mujdei de usturoi, de asemenea cu miez de varză acră.

Mazărea bătută este mai bună dacă la două părţi mazăre se adaugă o parte de fasole bătută.

445. LlNTE FIARTĂ

500 g linte, 1 ceapă, 1 morcov, 1 pătrunjel, 50 g unt proaspăt.

Se alege lintea cu gri]ă, bob cu bob, ca să nu rămână pietricele prin ea, Se ţine două ore în apă călduţă. Se pune la fiert cu apă rece, cu o ceapă şi zarzavat. Trebuie să fiarbă încet, ca să nu se terciuiască. Sare se pune numai la sfârşit, când lintea este aproape fiartă, altfel rămâne tare. Când este gata, se scurge şi se adaugă o bucată de unt proaspăt. Untul trebuie să fie tăiat în bucăţi mici ca să se topească repede. Se amestecă, se serveşte fierbinte.

446. LINTE CU SLĂNINĂ
500 g linte, pentru rest aceleaşi cantităţi ca la "Fasole boabe cu slănină".

Se alege, se fierbe şi se pregăteşte la fel ca fasolea boabe cu slănină (v.436). Nu se pune vin în mîncare.

447. LINTE BĂTUTĂ
500 g linte, sare, 2 cepe, 2 linguri ulei.

Se pune lintea la fiert, la fel ca mai sus. Se scurge, se trece fierbinte prin sită. Se pune din nou în cratiţă şi se bate pe maşină până devine spumoasă. Se mai adaugă câte puţin din apa în care a fiert, ca să nu fie prea groasă. Se serveşte cu ceapă prăjită în ulei. Este foarte gustoasă dacă la fiert se adaugă câteva felii de slănină afumată, tăiată mărunt, iar înainte de a fi servită, se amestecă cu puţin unt proaspăt.

448. CHIFTELE DE LINTE
250 g linte, 1 felie pâine, 1 ceapă mică, 1 ou, sare, piper, 1 lingură făină, 2 linguri untură.

Se fierbe lintea aşa cum s-a arătat mai sus. Se scurge bine. Se trece prin maşina de tocat adăugând o felie mai groasă de pâine muiată în apă şi stoarsă bine, ceapă prăjită în untură, un ou, sare, piper şi doi căţei de usturoi (după gust). Se fac cu mâna chiftele care se dau prin făină şi se prăjesc în untură. Sunt gustoase şi pot fi servite în locul chiftelelor de carne, când lipseşte carnea.

449. ROŞII UMPLUTE CU OREZ
12 roşii potrivit de mari, 2 cepe, 1 ceaşcă de orez, 2 linguri ulei, 1 linguriţă verdeaţă, sare, piper. Pentru sos: miezul de la roşii, 1 ceapă, 1 lingură ulei, 1 linguriţă făină, 1 linguriţă zahăr, sare.

Se aleg roşii netede, rotunde şi potrivit de mari. Se taie un

căpăcel în partea unde a fost codiţa, se scot miezul şi seminţele cu grijă, ca să nu se spargă roşiile, şi se pun cu gura în jos, să se scurgă. Separat se prăjeşte în ulei ceapa tăiată mărunt, se adaugă orezul, şi când începe să se îngălbenească, se stinge cu apă. Se ţine câteva minute pe foc să înflorească orezul (începe să se umfle). Se dă la o parte, se adaugă verdeaţă tocată, sare şi piper. Se umplu roşiile. Se aşază într-o cratiţă cu un sos făcut dintr-o lingură de ulei în care s-a prăjit o ceapă tocată, miezul scos din roşii, făină, zahăr şi sare. Se dă la cuptor să fiarbă puţin, la foc potrivit. Roşiile trebuie să rămână întregi, frumoase.

Tot atât de gustoase sunt şi roşiile umplute cu arpacaş. Se fac la fel, arpacaşul trebuie însă muiat în apă din ajun, ca să fiarbă mai repede.

450. ROŞII UMPLUTE CU CIUPERCI

12 roşii mijlocii, 250 g ciuperci, 2 cepe, 2 linguri ulei, 1 linguriţă bulion de ardei, 1 căţel de usturoi, 1 lingură pesmet, 1 linguriţă zahăr, sare, piper.

Se pregătesc roşiile ca mai sus. Se lasă să se scurga. Se prăjeşte în ulei ceapa tocată mărunt. Se spală ciupercile, şi după ce se îndepărtează vârful piciorului, se toacă mărunt. Se pun în uleiul cu ceapă, se adaugă sare, piper. Se amestecă şi când ciupercile încep să se moaie, se adaugă o linguriţă de bulion de ardei, usturoiul sfărâmat, o lingură bună de pesmet şi puţină apă. Se amestecă pe foc până când compoziţia devine destul de groasă. Se umplu roşiile şi se presară pesmet. Se pun la cuptor cu o lingură de ulei şi puţin bulion de roşii subţiat; se amestecă cu o linguriţă de zahăr. Se servesc reci. În loc de ulei se pot pregăti cu unt, dar se servesc calde.

451. ROŞII CU SUFLEU DE BRÂNZĂ

12 roşii mijlocii, 2 ouă, 1 lingură făină, 2 linguri unt, 1 1/2 ceaşcă lapte sau apă, 1 lingură brânză rasă, sare.

Se aleg roşii rotunde, frumoase, se taie în două în lăţime, se scobeşte miezul. Se lasă cu gura în jos să se scurgă. Se prăjeşte uşor făina cu o lingură de unt, se stinge cu lapte. Se face un sos destul de gros, se adaugă brânză rasă, gălbenuşurile, sarea şi la sfârşit albuşurile bătute spumă. Se aşază roşiile într-o formă cu marginile joase, unsă bine cu unt, se pune în fiecare câte o lingură de umplutură, se presară brânză şi se dau la cuptor, la foc potrivit. Se servesc în formă.

452. ARDEI UMPLUŢI CU OREZ

12 ardei, pentru rest aceleaşi cantităţi ca la “Roşii umplute cu orez”.

Se spală ardeii, se scoate capacul în jurul codiţei şi se pregătesc la fel ca roşiile cu orez (v. 449). In orez se poate adăuga un morcov ras pe răzătoarea mică. După ce s-au aşezat în cratiţă, înainte

de a tuma sosul, se lasă să se rumenească puţin în ulei, întorcîndu-i pe toate părţile. Se toarnă sosul, se dau la cuptor. Se servesc reci.

453. ARDEI UMPLUŢI CU ARPACAŞ

Se fac la fel ca ardeii umpluţi cu orez; arpacaşul se moaie în apă din ajun şi se ţine ceva mai mult la fiert, ca să nu rămână bobul tare.

454. ARDEI UMPLUŢI CU VINETE

12 ardei, 3 vinete mijlocii, 1 felie de pâine, 1 ceapă, 1 ou, 1 lingură făină, sare, piper, 2 linguri untură. Pentru sos: 500 g roşii, 1 linguriţă făină, 1 linguriţă zahăr, sare, 1 frunză de ţelină.

Se scot cotoarele de la ardei şi se curăţă de seminţe. Se coc vinetele ca pentru salată, se toacă împreună cu puţin miez de pâine albă muiat în lapte şi o ceapă tocată, prăjită. Se adaugă un ou, sare, piper şi făină. Se umplu ardeii cu această compoziţie, se înmoaie capătul în puţină făină şi se prăjesc în untură, Se aşază în cratiţă cu un sos de roşii (v. 63) şi se dau la cuptor să fiarbă încet.

455. PILAF DE ARDEI

6 ardei graşi, pentru rest aceleaşi cantităţi ca la “Pilaf de praz”.

Se pregăteşte la fel ca pilaful de praz (v. 494) înlocuind prazul cu câţiva ardei graşi tăiaţi ca fideaua şi înăbuşiţi în ulei. Se adaugâ la fiert şi puţin mărar tocat.

456. VINETE ÎMPĂNATE (IMAMBAILDI)

6 vinete potrivite, 4 cepe, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1/2 ţelină, 1 ardei gras, 1/2 varză, 6 căţei de usturoi, frunze şi cozi de ţelină, 2 linguri ulei. Pentru sos: 2 linguri bulion sau 300 g roşii, 1 linguriţă făină, 1 lingură ulei, 1 linguriţă zahăr, sare.

Se aleg vinete proaspete, mai mici. Se taie capătul dinspre coadă, apoi cu un cuţit mic se fac patru despicături în lungime, fără a pătrunde prea adânc. Se ţin circa 10 minute înapă clocotită. Se scot, se sărează, se aşază una lângă alta pe un fund de lemn, iar deasupra se pune alt fund cu greutăţi pe el. Se lasă astfel la teasc o jumătate de oră, să se scurgă şi să iasă amăreala din ele. Între timp se taie ceapa peştişori şi se rumeneşte în ulei. Se taie ca fideaua tot zarzavatul şi se prăjeşte de asemenea în ulei. Când zarzavatul s-a muiat, se umplu vinetele prin despicături, adăugând şi câte un fir de usturoi, se leagă cu frunze de ţelină opărite şi se aşază într-o cratiţă. Dacă mai rămâne zarzavat, se pot umple şi câţiva ardei graşi, care se aşază printre vinete. Se face un sos din puţin ulei, bulion sau câteva roşii date prin sită, sare, piper, o linguriţă de zahăr şi făină. Se toarnă sosul în cratiţă şi se lasă să fiarbă înăbuşit, la foc potrivit, o jumătate de oră. Se serveşte rece.

457. VINETE GRECEŞTI

3 vinete mijlocii, 1 lingură făină, 3 căpăţâni de usturoi, 500 g roşii, 3 linguri ulei, 1 linguriţă zahăr, sare.

Se aleg vinete mijlocii, se taie felii, se opăresc câteva minute în apă clocotită cu sare şi se ţin 20 minute sub teasc. Se scurg, se dau prin făină şi se rumenesc în ulei la foc mijlociu, încet, ca să fie bine pătrunse. Se curăţă usturoiul, se prăjeşte uşor cu puţin ulei, se adaugă roşiile fără coajă, zahărul şi sarea. Se lasă să fiarbă acoperit până ce usturoiul începe să se moaie. Se aşază feliile de vinete frumos pe farfurie, iar la mijloc se toarnă sosul de roşii cu usturoi.

458. VINETE CU BRÂNZĂ LA CUPTOR

3 vinete mijlocii, 3 linguri făină, 4 linguri unt sau untură, 1 1/2 ceaşcă cu lapte, 100 g brânză, sare, 1 linguriţă pesmet, unt proaspăt cât o nucă.

Se prăjesc vinetele ca pentru “Vinete greceşti” (v. mai sus) şi se prăjesc în unt sau untură. Separat se face un sos alb din două linguri de unt în care se prăjesc uşor două linguri de făină şi se stinge cu lapte. Se adaugă brânză rasă, se potriveşte de sare şi de piper. Într-o formă rezistentă la foc, se aşază rânduri alternând de vinete şi de sos. Deasupra se presară pesmet şi se adaugă câteva bucăţele de unt. Se dă la cuptor până începe să se rumenească.

459. VINETE UMPLUTE CU OREZ

6 vinete mijlocii, 1/2 ceaşcă orez, 500 g roşii, 1 ceapă, 1 căţel de usturoi, 1 linguriţă de zahăr, sare, piper, 2 linguri ulei, 1 lingură pesmet.

Se aleg vinete potrivit de mari. După ce s-a tăiat capătul dinspre coadă, se taie vinetele în două, în lungime. Se pun în apă clocotită şi se ţin un sfert de oră. Se scot, se sărează şi se aşază pe masa de lemn, deasupra punându-se un fund cu greutăţi pe el. Se ţin astfel o jumătate de oră să se scurgă. Se prăjeşte o ceapă tăiată mărunt cu o lingură de ulei. Se adaugă roşiile tăiate bucăţi, usturoiul, zahărul, sare, piper. Se lasă totul să fiarbă până se obţine un sos bine scăzut, Se trece prin sită. Se fierbe separat în apă 1/2 ceaşcă de orez. Se scobesc jumătăţile de vinete, se toacă miezul, se amestecă cu orezul scurs de apă şi cu o parte din sos. Se unge cu ulei o formă de pământ cu margini joase, se aşază vinetele; cu o lingură se pune umplutură în fiecare, se presară pesmet, se dă la cuptor la foc potrivit. Când sunt gata, se toarnă împrejur sosul de roşii care a mai rămas. Aceeaşi mâncare se poate pregăti cu unt, servindu-se caldă.

460. VINETE UMPLUTE LA CUPTOR

6 vinete mijlocii, 1 lingură făină, 2 linguri brânză rasă, 2 ouă, 1 ceaşcă lapte, 2 linguri unt.

Se pregătesc vinetele la fel ca mai sus. După ce au stat o jumătate oră la teasc, se scot, se scobeşte miezul şi se aşază vinetele într-o formă de pământ unsă cu unt. Dintr-o lingură de unt şi una de

făină se face un rântaş care se stinge cu puţină apă sau lapte. Se amestecă cu brânza, miezul de la vinete bine tocat, gălbenuşurile, sare şi la urmă albuşurile spumă. Cu o lingură se umplu vinetele cu această compoziţie, se presară brânză rasă şi se dau la cuptor, la foc bun. Se servesc în formă.

461. VINETE PORTUGHEZE

4 vinete mijlocii, 150 g brânză, 2 linguri făină, 2 linguri untură, 2 cepe, 500 g roşii, 1 fir de usturoi, cimbru, dafin, sare, piper, 1 linguriţă zahăr, 1 lingură unt, 1 linguriţă pesmet.

Se aleg vinete mijlocii, se taie felii de 1 cm grosime. Se opăresc, se scurg, se sărează şi se pun pe un fund de lemn să stea 20 de minute cu un teasc deasupra. Separat se înfierbântă o lingură de unt în care se prăjesc cepele tăiate mărunt. Se adaugă roşiile tăiate în două, un fir de usturoi, cimbru, frunză de dafin, sare, piper, şi zahăr. Se lasă să fiarbă înăbuşit o jumătate de oră, până ce sosul se îngroaşă. Se şterg feliile de vinete, se dau prin făină şi se prăjesc în untură. Se trece sosul prin sită, se pun câteva linguri pe fundul unei forme rezistente la foc, iar deasupra câteva feliuţe subţiri de brânză albă (telemea). Se aşază apoi feliile de vinete, se repetă din nou punând sos, felii de brânză şi apoi vinete. Când totul este aşezat, se toarnă deasupra sosul care a mai rămas, se presară brânză rasă amestecată cu pesmet, se stropeşte cu unt, se dă la cuptor, la foc iute. Se servesc în formă.

462. MÂNCARE DE VINETE CU ROŞII ŞI ARDEI

2 — 3 vinete mijlocii, 1 kg roşii, 2 cepe, 6 ardei graşi, 2 — 3 căţei de usturoi, 2 — 3 linguri ulei, mărar, pătrunjel, sare, piper.

Se taie roşiile felii. Se aşază un rînd pe fundul cratiţei, apoi se pune un rând de ceapă crudă tăiată peştişori (felii subţiri). Se taie în patru vinetele, se opăresc, se scurg, se aşază peste ceapă, iar deasupra se pun ardei graşi tăiaţi rotocoale. Peste ardei se pun câţiva căţei de usturoi tăiaţi în două, mărar, pătrunjel tocat, sare şi piper (facultativ). Deasupra se pune restul de roşii tăiate felii. Se acoperă cratiţa cu capacul şi se lasă să fiarbă la foc mic. Când începe să lase apă, se adaugă uleiul. Se mişcă cratiţa din când în când, pentru a se controla dacă nu s-a prins de fund. Se dă la cuptor până ce scade complet. Se lasă să se răcească în cratiţă şi se răstoarnă ca o budincă.

463. VINETE COAPTE, CU BRÂNZĂ

6 vinete mijlocii, 200 g brânză, 2 linguri unt, 1 linguriţă pesmet, sare.

Se aleg vinete mijlocii. Se coc la fel ca pentru salată observând ca să rămână cât mai albe. Nu se toacă. Se dă sare. Se unge o formă cu unt, se aşază felii subţiri de brânză, deasupra se pun trei vinete întregi care se întind cu cuţitul, astfel încât să formeze un strat; se

pune unt, apoi iar brânză şi vinete. Deasupra se presară brânză rasă amestecată cu pesmet, se stropeşte cu unt, se dau la cuptor la foc iute. Se servesc în formă.

464. CHIFTELE DE VINETE CU SOS DE ROŞII

3 vinete mijlocii, 2 ouă, 2 linguri făină, sare, piper, 3 linguri ulei. Pentru sos: 500 g roşii, 1 ceapă, 1 linguriţă zahăr, sare.

Se coc vinetele, se curăţă şi se aşază pe un fund inclinat să se scurgă. Se toacă şi se amestecă cu două ouă, sare, piper şi făină, astfel încât compoziţia să fie mai mult moale. Se iau cu lingura din compoziţie şi se dă drumul chiftelelor în ulei încins, prăjindu-le pe ambele părţi. Separat se fierb roşiile, se trec prin sită şi se amestecă cu puţină ceapă prăjită. Se adaugă sare şi o linguriţă de zahăr. Se ţine să dea câteva clocote. Se aşază chiftelele în sosul de roşii şi se lasă pe marginea maşinii să fiarbă foarte încet, ca să nu se sfărâme. Se servesc calde sau reci.

465. BAME GRECEŞTI

1 kg bame, 3 cepe, 500 g roşii sau 2 linguri bulion, 1 ceaşcă oţet sau borş, 1 linguriţă făină, 1 linguriţă zahăr, sare, 3 linguri ulei.

Bamele trebuie să fie tinere şi proaspete, altfel sunt băloase. Se rup codiţele şi se opăresc cu borş sau cu oţet îndoit cu apă. Se ţin astfel un sfert de oră, se scurg şi se spală în 2 — 3 ape reci. Se prăjesc uşor în ulei cepele tăiate mărunt, se presară făina, se sting cu apă, se adaugă bulion sau roşii curăţate de seminţe, zahăr şi sare. Se pun bamele în sos. Se lasă să fiarbă încet. Ca să nu se sfărâme. Se servesc reci.

466. CONOPIDĂ CU UNT

2 conopide mari, 50 g unt, 1 lingură pesmet, sare.

Se aleg conopide cu floare albă şi frumoasă. Se taie coada cât mai aproape de căpăţână. Cu un cuţit mic se desprind toate frunzuliţele din jurul conopidelor. Se spală în apă rece şi se pun la fiert înţr-o oală cu apă clocotită, sărată. Se fierb circa o jumatate de oră, descoperit, la foc iute, Conopida se fierbe totdeauna aproape de masă, deoarece stând în apă, se înroşeşte. Când sunt gata, se scurg bine de apă, se aşază pe farfurie, se toarnă deasupra unt topit şi se presară pesmet puţin rumenit în unt. Se poate servi cu sos de roşii (v. 63) sau cu sos alb pregătit cu unt, o lingură de făină şi apa în care a fiert conopida. Această apă în nici un caz nu se aruncă, deoarece poate servi la pregătirea unei supe de zarzavat foarte gustoasă.

467. CONOPIDĂ LA CUPTOR

1 conopidă mare sau 2 mijlocii, 1/2 lingură făină, 2 linguri unt, 1 ceaşcă lapte, 2 linguri smântână, 2 linguri brânză rasă, 1 linguriţă pesmet, sare.

Se desface o conopidă, mare, frumoasă, se rup buchetele, se taie la fiecare codiţa şi frunzele mici, verzi, dimprejur. Se spală, se fierbe în apă clocotită cu sare şi se scurge bine. Se aşază într-o formă unsă cu unt. Cât fierbe conopida, se face un sos alb din 1/2 lingură de unt şi 1/2 lingură făină. Se stinge cu o ceaşcă de lapte sau cu apa în care a fiert conopida. Se ţine puţin să fiarbă, dar să nu se îngroaşe, să rămînă ca o smântână. Dacă este necesar, se mai adaugă lapte. Când este gata, se amestecă cu smântână şi cu brânză rasă şi se toarnă peste conopidă, încet, ca să pătrundă printre buchete. Se presară cu brânză amestecată cu pesmet, se stropeşte cu unt. Se dă la cuptor iute, până se rumeneşte deasupra.

*** ALT FEL DE CONOPIDĂ LA CUPTOR**

1 conopidă mare, 1 ceaşcă smântână, 3 ouă, 1 linguriţă făină, 1 lingură unt sau untură, 1 lingură brânză, 1 lingură pesmet.

Se spală o conopidă frumoasă şi se fierbe ca mai sus. Se bat ouăle, se amestecă cu smântâna, făina şi sarea. Se unge o formă rezistentă la foc cu untură şi se presară pesmet prajit. Se aşază buchetele de conopidă, deasupra se toarnă sosul, se adaugă câteva bucăţele de unt, se presară brânză şi se dă la cuptor.

468. CONOPIDĂ CU CIUPERCI LA CUPTOR

1 conopidă mare, 200 g ciuperci, 2 linguri făină, 2 Iinguri unt, 1 1/2 ceaşcă lapte, 1 gălbenuş, unt proaspăt cât o nucă, 1 lingură brânză, sare.

Se fierbe o conopidă frumoasă în apă cu sare. Când este gata, se desfac buchetele. Între timp se curăţă ciupercile, se taie felii subţiri şi se înăbuşă cu puţin unt. Separat se face un sos dintr-o lingură de unt şi două linguri de făină, se stinge cu două ceşti de lapte sau de apă în care a fiert conopida. Când este fiert şi potrivit de gros, se amestecă cu un gălbenuş şi, cu câteva picături de lămâie. Se potriveşte de sare. Se unge cu unt o formă rezistentă la foc, se aşază câteva buchete de conopidă într-un strat cât mai egal, un rând de ciuperci iar deasupra restul de conopidă. Se toarnă apoi sosul de făină. Se mai presară puţină brânză, se adaugă câteva bucăţele de unt şi se dă la cuptor până începe să se rumenească. Se serveşte în formă.

469. SUFLEU DE CONOPIDĂ

1 conopidă mare, 3 ouă, 1/2 lingură făină, 1 ceaşcă lapte, 3 Iinguri brânză, 1 ceapă, 2 linguri unt, unt proaspăt cât o nucă, sare.

Se fierbe conopida, se scurge, se trece prin sită. Separat se prăjeşte uşor o ceapă tocată mărunt, cu o lingură de unt. Se adaugă făina, se stinge cu lapte sau cu apă. Se ţine să fiarbă până se îngroaşă ca o smântână. Se amestecă cu conopida, se adaugă două linguri de brânză rasă, trei gălbenuşuri, o bucăţică de unt proaspăt cât o nucă şi

la sfîrşit trei albuşuri bătute spumă. Se potriveşte de sare. Se toarnă compoziţia într-o formă unsă cu unt. Se presară brânză. Se dă la cuptor la foc potrivit, ţinându-se până creşte şi se rumeneşte frumos deasupra. Acelaşi sufleu se poate pregăti şi din dovlecei. Cine nu doreşte să pună ceapă în sufleu, poate prăji direct făina în unt, continuând apoi ca mai sus.

470. VARZĂ DE BRUXELLES CU UNT
1 kg varză, 2 linguri unt, sare.

Se alege varza cât mai mică, dearece aceasta este tânără. Se curăţă de frunzele galbene, se spală în mai multe ape şi se pun la fiert în apă clocotită, care trebuie să le acopere , bine. Se pune sare. Se ţin să fiarbă descoperit, la foc iute un sfert de oră. Se scurg, se pun într-o cratiţă cu o lingură de unt şi se mai ţin un sfert de oră, până ce le pătrunde untul. Se mişcă cratiţa ca să nu se prindă pe fund. Înainte de a servi se mai adaugă 2 — 3 bucăţele mici de unt proaspăt.

471. VARZĂ DE BRUXELLES CU BRÂNZĂ
1 kg varză, 2 linguri unt, 3 linguri brânză, sare.

Se fierbe varza în apă multă, se scurge. Se unge cu unt o formă rezistentă la foc, se presară brânză rasă. Se aşază varza, punând între rânduri puţină brânză rasă şi unt. Se presară brânză şi deasupra, se stropeşte cu unt, se dă la cuptor câteva minute, până se rumeneşte.

472. VARZĂ DE BRUXELLES LA CUPTOR
1 kg varză, pentru rest aceleaşi cantităţi ca la “Conopidă la cuptor”.

Se fierbe varza cu multă apă, se scurge, se pregăteşte la fel cu conopida la cuptor (v. 467), cu sos alb sau numai cu smântână.

473. VARZĂ ROŞIE ÎNĂBUŞITĂ
1 varză cam de 1 kg, 1 ceapă, 1 linguriţă făină, 1 păhărel vin roşu, 2 linguri untură, sare.

Se taie o varză roşie ca fideaua. Separat se prăjeşte o ceapă tăiată mărunt în untură. Se adaugă varza, se presară făină, se toarnă un păhărel de vin roşu. Se potriveşte de sare şi se lasă să fiarbă înăbuşit circa două ore.

474. VARZĂ DULCE CĂLITĂ
1 varză de 1 kg, 3 linguri untură, 10 boabe piper, sare.

Se înfierbântă untură sau ulei într-o cratiţă. Se taie varza ca fideaua, se pune în cratiţă şi se ţine pe foc potrivit să se rumenească încet o oră. Din când în când se amestecă cu lingura, ca să nu se prindă pe fund şi se toarnă câte o lingură de apă, dacă este necesar. Se potriveşte de sare şi se adaugă câteva boabe de piper. Se poate acri (după gust) cu puţin borş sau cu sare de lămâie dizolvată în apă.

475. VARZĂ CU TĂIŢEI

1 varză mică, 300 g tăiţei, 2 linguri unt, 2 linguri untură,sare, piper.

Se taie ca fideaua o varză dulce şi se pune într-o cratiţă cu o lingură de untură, ţinându-se până începe să se moaie. Se potriveşte de sare şi piper, care nu trebuie să lipsească. Între timp se fierb tăiţeii (trebuie să fie cantităţi aproximativ egale de varză şi de tăiţei), se scurg şi se amestecă cu unt. Se aşază într-o formă rezistentă la foc, un rând de varză, unul de tăiţei şi aşa mai departe. Deasupra se pun câteva bucăţele de unt şi se dă la cuptor să se rumenească.

476. VARZĂ ACRĂ CĂLITĂ

1 varză mare, 3 linguri untură sau ulei, 10 boabe piper.

Dacă varza murată este prea acră, se spală întîi în apă. Se scurge bine de apă şi se taie ca fideaua. Se pregăteşte apoi la fel ca varza dulce. Cînd este aproape gata, se adaugă şi cîteva boabe de piper.

477. VARZĂ ACRĂ CU MĂSLINE

1 varză mare, 3 linguri ulei, 150 g măsline, 1 linguriţă boia de ardei.

Dacă varza murată este prea acră, se spală întâi în apă. Se scurge bine şi se taie ca fideaua. Se rumenesc în ulei două cepe tăiate mărunt, se adaugă varza. Când începe să se rumenească, se pune o linguriţă de boia de ardei muiată într-o ceaşcă de apă, şi se lasă să fiarbă înăbuşit. La ultimele clocote se adaugă câteva măsline spălate cu apă călduţă. Dacă este necesar, din când în când se adaugă la varză puţină apă. Se potriveşte de sare. Varza trebuie sa fie scăzută.

478. SARMALE CU CRUPE DE PORUMB

1 varză mare murată, 1 ceaşcă de crupe (păsat), 2 cepe, 2 linguri jumări (rămase de la topitul unturii), 3 linguri untură, sare, piper, 1 linguriţă boia de ardei, 2 — 3 bucăţi de şorici afumat.

Crupele de porumb nu sunt altceva decât porumb măcinat, însă mult mai mare decît mălaiul obişnuit. Sarmalele se pot face atât cu varză acră, cât şi cu varză dulce. Aceasta din urmă se opăreşte cu borş înainte de a fi pregătită. Pentru şase persoane ajunge o ceaşcă de crupe. Acestea cresc mult la fiert. Se taie mărunt cepele şi se pun să se rumenească cu o lingură de untură. Se adaugă jumările rămase de la topitul unturii sau o bucată de slănină afumată tăiată mărunt. Se pun crupele după ce au fost bine spălate şi scurse şi se sting cu o ceaşcă de apă. Se amestecă mereu ca să nu se lipească. Când au început să se umfle, se dau la o parte să se răcorească puţin. Se adaugă sare şi piper. Se pregăteşte varza ca pentru sarmalele obişnuite. Sarmalele de crupe se fac mari cam cât oul de găină. Varza care a rămas se taie ca fideaua, se aşază pe fundul cratiţei, se pun sarmalele, iar printre rânduri, câteva bucăţi de şorici afumat şi fiert. Se toarnă apă, sau borş când sarmalele sunt făcute cu varză dulce. Se poate adăuga şi puţin bulion sau boia de ardei. Se lasă să fiarbă la cuptor, înăbuşit, cam două ore. Sunt mai gustoase încălzite.

479. SARMALE CU OREZ

1 varză mare, 2 cepe, 1 ceaşcă orez, sare, piper, 1 linguriţă verdeaţă tocată mărunt, 1 linguriţă boia, bulion, 3 linguri ulei.

Ca şi cele cu carne, sarmalele cu orez se pot face din varză acră sau din varză dulce. Varza acră se spală cu apă rece, iar varza dulce se opăreşte cu borş. Se rumeneşte în ulei ceapa tăiată mărunt. Când a început să se îngălbenească, se adaugă orezul ales şi spălat. Se stinge cu o ceaşcă de apă. Se pune sare, piper, verdeaţă tocată şi, după gust şi posibilitate, o mână de stafide fără sâmburi, alese şi spălate. Între timp se pregăteşte varza, se fac sarmale şi se aşază în cratiţă, după ce pe fundul acesteia s-a pus un rând de varză tăiată mărunt. Deasupra se mai pune un rând de varză. Se toarnă apă la cele făcute cu varză acră şi borş la cele cu varză dulce. Se pune puţin bulion sau boia şi două linguri de ulei. Se dau la cuptor să fiarbă înăbuşit o oră. Când orezul este fiert, se dau la o parte. Se servesc reci.

480. SARMALE CU OREZ ŞI HRIBI (MÂNĂTĂRCI)
Aceleaşi cantităţi ca mai sus, în plus 3 linguri de hribi.

Se pregătesc la fel ca sarmalele cu orez, adăugându-se la o ceaşcă de orez trei linguri de hribi, muiaţi din ajun şi tăiaţi mărunt.

481. GĂLUŞTE DE VARZĂ
500 g varză, 2 linguri brînză rasă, 1 lingură griş, 2 ouă, sare, piper, 1 lingură pesmet.

Se fierbe varza în apă cu sare, se scurge şi se trece prin maşina de tocat. Se adaugă brânza rasă, grişul, două ouă, sare, piper. Se amestecă bine. Se pune la fiert într-o cratiţă apă cu puţină sare şi când dă în clocot, se ia cu o linguriţă din compoziţie şi se dă drumul găluştelor în apă. Se lasă să fiarbă la foc mic circa 20 de minute. Se scurg din apă, se aşază pe farfurie, se presară pesmet puţin rumenit şi se servesc cu sos de roşii (v. 63).

482. PÂRJOALE DE VARZĂ
500 g varză, 1 felie de pâine, 2 ouă, 1 linguriţă verdeaţă tocată, sare, piper, 1 lingură făină, 2 linguri untură.

Se fierbe varza, se scurge bine de apă, se trece prin maşina de tocat sau se toacă mărunt cu cuţitul, impreună cu o felie de pâine muiată şi stoarsă şi doi cartofi fierţi (după dorinţă). Se adaugă sare, piper, două ouă şi puţină verdeaţă tocată. Se fac pârjoale care se dau prin făină şi se rumeneso în ulei sau untură. Se servesc cu cartofi şi salată verde.

483. VARZĂ LA CUPTOR
1 kg varză, 1 lingură făină, 3 linguri untură sau unt, 2 linguri brânză rasă, 1 ceaşcă smântână, 1 lingură pesmet.

Se curăţă o varză frumoasă de frunzele verzi. Se taie în două, apoi fiecare jumătate în felii groase cât degetul. Se pun în apă clocotită cu puţină sare, să fiarbă 10 minute. Se scot feliile pe o sită să se scurgă bine de apă. Se dau prin făină şi se prăjesc în unt sau în untură. Nu trebuie rurnenite, se ţin numai până încep să se

îngălbenească. Se unge bine o formă cu unt, se aşază feliile de varză, iar printre ele se pune brânză rasă. Se toarnă deasupra smântână în care s-a adăugat un praf de făină şi unul de sare, se presară deasupra brânza rasă amestecată cu pesmet. Se dă la cuptor, la foc potrivit; se ţine până se rumeneşte frumos deasupra.

484. BUDINCĂ DE VARZĂ

1 kg varză, 3 ouă, 2 linguri unt, 3 cepe, 2 linguri pesmet, 2 linguri brânză, unt proaspăt cât o nucă, sare, piper.

Se alege o varză frumoasă. Se curăţă, apoi se desprind 6 — 7 foi întregi şi cât mai mari. Se lasă la o parte. Se taie varza mărunt şi se pune într-o cratiţă cu două linguri de unt, la foc mic. Se ţine circa o jumătate de oră, amestecând din timp în timp, până se moaie de tot, dar fără să se rumenească. Se adaugă cepele tăiate mărunt şi puţin pătrunjel verde tocat. Când şi ceapa s-a muiat, se dă la o parte. După ce s-a răcorit puţin, se adaugă o lingură de pesmet, ouăle bătute ca pentru omletă, brânză şi sare. Se amestecă bine. Într-un castron se aşază un şervet destul de mare ca să iasă capetele peste marginea castronului. Se aşază foile de varză astfel, încât marginile să vină puţin unele peste altele; se pune umplutura. Se adună marginile şervetului, se leagă strâns cu o sfoară, dându-i o formă rotundă, ca varza. Se fierbe acoperit într-o oală cu apă clocotită, cu puţină sare, o oră. Dacă apa scade la fiert, se mai adaugă, întorcând şi varza odată, ca să fiarbă la fel pe toate părţile. Când este gata, se desface şervetul şi se aşază varza pe o farfurie fierbinte. Se toarnă deasupra unt proaspăt topit şi se presară pesmet. În loc de unt, se poate pune sos de roşii. Se serveşte foarte fierbinte. Se poate face aceeaşi budincă cu varza fiartă, înăbuşită în unt. Se dă apoi prin maşina de tocat şi se adaugă ceapa rumenită separat.

485. SUFLEU DE VARZĂ

1 varză mijlocie, 100 g unt proaspăt, 1 lingură făină, 1 lingură brânză rasă, 2 linguri smântână, 3 ouă, sare, piper, 1 linguriţă pesmet.

Se taie în patru o varză mijlocie şi se pune să fiarbă 10 minute. Se scurge bine de apă şi se toacă mărunt. Separat se freacă spumă untul, se adaugă făina, brânza rasă, smântâna şi gălbenuşurile. Se amestecă cu varza, se potriveşte de sare şi de piper. La urmă se adaugă cele trei albuşuri bătute spumă. Se unge cu unt o formă rezistentă la foc, se toarnă compoziţia, deasupra se presară pesmet şi se pun câteva bucăţele de unt. Se dă la cuptor la foc potrivit, ţinându-se până creşte şi se rumeneşte frumos deasupra.

486. CLĂTITE CU VARZĂ

400 g varză, 2 ouă, 1 ceaşcă făină, 1 1/2 ceaşcă lapte, 1 lingură unt, sare, smântână.

Se face un aluat de clătite din două ouă (v. 631). Se taie mărunt o varză mică (de preferinţă se rade pe răzătoarea cu găuri mari). Se dă puţină sare şi se amestecă cu aluatul de clătite. Se fac clătite obişnuite, se rumenesc într-o tigaie cu puţin unt, pe ambele părţi, ţinându-se la cald până ce sunt toate gata. Se servesc fierbinţi, aşezate unele peste altele, ca o budincă, cu smântână.

487. ANDIVE ÎNĂBUŞITE CU UNT

1 kg andive, 1 lingură unt, 1 linguriţă zeamă de lămâie, sare.

Se curăţă andivele de frunzele galbene şi se retează din coadă. Se spală bine în mai multe ape reci, să nu rămână nisip printre frunze. Se unge cu o lingură de unt o cratiţă potrivit de mare, în care să încapă andivele aşezate unele lângă altele. Se pun în cratiţă, se presară sare, se adaugă , 3 — 4 linguri de apă, zeama de la o jumătate de lămâie şi încă o lingură de unt deasupra. La început se pun câteva minute pe foc iute, până ce dă apa în clocot, se acoperă perfect şi se dau la cuptor. Trebuie să fiarbă înăbuşit circa o oră, la foc mic, astfel încât în acest timp să nu se mai adauge apă, dar nici să nu se ardă andivele pe fund. Se aşază pe farfurie, se servesc foarte fierbinţi.

488. ANDIVE LA CUPTOR

1 kg andive, 1 lingură unt, pentru rest aceleaşi cantităţi ca pentru “Conopida la cuptor”.

Se fierb andivele înăbuşit ca mai sus şi se aşază într-o formă unsă cu unt. Se pregătesc apoi la fel cu conopida la cuptor (v. 467).

489. PRAZ UMPLUT CU OREZ

1 legătură bună de praz, 1 ceaşcă orez, 3 linguri unt, sare, piper. Pentru sos: 2 cepe, 1/2 lingură unt, 1 linguriţă făină, 1 linguriţă zahăr, 1 lingură bulion sau 4 — 5 roşii, sare.

Se taie prazul bucăţi lungi de circa 6 cm şi se trage cu grijă miezul. Foile de deasupra rămân în formă de tuburi care se umplu. Miezul scos se toacă mărunt, se înăbuşă cu puţin unt. Separat se prăjeşte orezul în unt, se stinge cu o ceaşcă de apă. Când orezul începe să se umfle, se amestecă cu prazul înăbuşit, se adaugă sare, piper. Se umple prazul şi se pune în cratiţă cu unt. Se face un sos din ceapă tocată mărunt şi rumenită, făină, bulion de roşii, zahăr şi puţină apă. Se toarnă deasupra. Se dă la cuptor. Se lasă să fiarbă până scade sosul cât trebuie. Se serveşte fierbinte. Se poate pregăti cu ulei, în acest caz servindu-se rece.

490. CHIFTELE DE PRAZ

1 legătură mică de praz. Pentru rest aceleaşi cantităţi ca pentru “Chiftelele de sparanghel”.

Se pregătesc la fel ca chiftelele de sparanghel (v. 413).

491. TURTĂ DE PRAZ

6 fire frumoase de praz, 1 lingură unt, 1 ou, sare, piper. Pentru aluat: 150 g făină, 1 ou, unt cât o nucă.

Se face un aluat dintr-un ou, făină cât se cere şi puţin unt. Se taie mărunt prazul şi se moaie într-o tigaie cu o lingură de unt. Se pune sare şi piper. Se dă la o parte şi după ce s-a răcorit, se amestecă cu un ou. Se întinde o foaie de aluat, se îmbracă o formă de turtă, se pune prazul şi se acoperă cu altă foaie de aluat. Se unge cu ou, se dă la cuptor până se rumeneşte deasupra. Se serveşte fierbinte, cu salată.

492. PRAZ CU SMÂNTÂNĂ

1 legătură bună de praz, 1 ceaşcă lapte, 1 lingură unt, 1 ceaşca smântână, 1 linguriţă brânză.

Se curăţă prazul, se taie bucăţi şi se pune la fiert cu apă docotită, schimbând apa de 2 — 3 ori. Se scurge bine şi se înăbuşă cu puţin lapte, 10 — 15 minute. Se pune sare. Se aşază cu unt, într-o formă rezistentă la foc; se toarnă deasupra o ceaşcă de smântână. Se presară brânză rasâ, se dă un sfert de oră la cuptor.

493. PRAZ CU MĂSLINE

1 legătură bună de praz, 150 g măsline, 3 linguri ulei, 1 linguriţă făină, 1 lingură bulion, 1 linguriţă oţet, sare.

Se curăţă prazul, se taie bucăţi şi se opăresc cu apă cu sare. Se încinge uleiul într-o cratiţă, se pune prazul scurs de apă şi se ţine până începe să se rumenească. Separat, se prăjeşte uşor făina cu o lingură de ulei, se stinge cu puţină apă, se adaugă bulionul şi o lingurită de oţet. Se toarnă sosul în cratiţa cu praz şi se dă la cuptor. Când este aproape gata se adaugă măslinele opărite câteva minute în apă clocotită. Se potriveşte de sare. Mâncarea se serveşte călduţă.

494. PILAF DE PRAZ

6 fire de praz, 1 ceapă, 1 ceaşcă de orez, 2 ceşti apă, 3 linguri ulei, 1 lingură bulion sau 4 roşii, sare, piper.

Se toacă ceapa mărunt şi se prăjeşte cu două linguri de ulei. Se alege orezul, se spală, se usucă şi se amestecă cu ceapa, când aceasta s-a topit fără să se rumenească. între timp se taie prazul felii subţiri, se înăbuşă cu o lingură de ulei, se aşază în cratiţă cu orezul, se adaugă roşiile fără coajă şi fără seminţe, sau o lingură de bulion şi două ceşti de apă. Se potriveşte de sare şi de piper şi se dă la cuptor până scade apa, iar orezul este potrivit de fiert. Se serveşte mâncarea răcorită. La fel se face cu arpacaş, muiat însă din ajun ca să fiarbă mai repede.

495. MÂNCARE DE ŢELINĂ

6 ţeline, 1 ceapă, 1 linguriţă făină, 1 lingură bulion, 1 linguriţă zahăr, 3 linguri ulei, pătrunjel verde tocat, sare.

Se curăţă ţelina, se taie felii care se prăjesc cu puţin ulei. Se aşază în cratiţă. În tigaia în care s-a prăjit ţelina, se mai adaugă o lingură de ulei şi se rumeneşte o ceapă tocată; se pune făină, se stinge cu puţină apă, se adaugă bulion, sare şi zahăr. Se toarnă sosul peste ţelina din cratiţă şi se dă o jumătate de oră la cuptor. Mâncarea se serveşte răcorită, după ce s-a presărat deasupra pătrunjel verde tocat mărunt.

496. ŢELINĂ CU CIUPERCI

4 ţeline, 2 cepe, 200 g ciuperci, 1 lingură făinâ, 1 păhărel de vin, 2 linguri untură, sare, piper, foaie de dafin.

Se curăţă rădăcinile de ţelină destul de adânc, ca să nu rămână nimic din coaja fibroasă care le acoperă. Se taie în două, iar fiecare jumătate în felii groase de 1 cm. Se pun la fiert cu apă rece, care să le cuprindă bine. Se pune sare. Se fierb până încep să se moaie. Se scot şi se scurg. Separat se rumenesc cepele tăiate mărunt, cu o lingură de untură, se adaugă făina şi se lasă să se rumenească. Se sting cu un păhărel de vin amestecat cu apă. Se mai adaugă sare, piper, foaie de dafin. Se lasă sosul să fiarbă o jumătate de oră. Când este bine fiert şi destul de scăzut, se strecoară în cratiţa în care au fost aşezate feliile scurse de ţelină, adăugând şi câteva ciuperci curăţite, tăiate mărunt şi înăbuşite o untură. Se potriveşte de sare. Se acoperă şi se fierbe înăbuşit circa 20 de minute. Se serveşte fierbinte.

497. PIURE DE ŢELINĂ

6 ţeline, 3 cartofi mijIocii, 2 linguri unt, 3 linguri de lapte.

Se curăţă, se taie în sferturi şi se pun la fiert ţelinele ca mai sus. După o jumătate de oră, se adaugă cartofii curăţiţi de coajă. Când sunt fierţi, se scurge apa, se trec prin sită şi se pregătesc la fel ca piureul de cartofi (v. 391).

498. GULII ÎNĂBUŞITE

6 gulii mijlocii, 1 lingură unt sau untură, 1 linguriţă zahăr, sare.

Se aleg gulii tinere, se curăţă, se taie în două, apoi în feliuţe destul de subţiri. Se pun într-o cratiţă cu o lingură de unt sau de untură, o linguriţă de zahăr, sare şi două, trei linguri de apă. Se lasă să fiarbă înăbuşit, la foc mic, mişcând cratiţa din când în când, ca să nu se prindă de fund. Dacă este necesar, se mai adaugă puţină apă. Se servesc cu frigănele sau cu crochete.

499. MÂNCARE DE GULII

6 gulii mijlocii, 1 lingură unt sau untură, 1 ceapă, 1 linguriţă făină, 1 ceaşcă zeamă de carne sau apă, 1 lingură bulion, 2 linguriţe zahăr, sare.

Se aleg numai gulii tinere, celelaltfe fiind aţoase. Se curăţă şi se taie felii groase de jumătate centimetru şi se înăbuşă cu puţin unt sau untură. Separat se rumeneşte o ceapă tăiată mărunt, se adaugă făina, se sting cu puţină zeamă de carne sau cu apă. Se adaugă bulion de roşii şi două linguriţe de zahăr ars. Se toarnă peste gulii, se lasă să scadă. Se serveşte fierbinte.

500. NAPI CU SMÂNTÂNĂ

1 kg napi, 2 linguri unt, 1 linguriţă făină, 1 ceaşcă lapte, 2 linguri smântână.

Se taie napii în două şi fiecare jumătate în alte trei sau patru bucăţi. Se curăţă bucăţile dându-le în acelaşi timp şi o formă mare cât o nucă. Se spală şi se usucă într-un şervet. Se încălzeşte unt într-o cratiţă, se pun napii, se ţin înăbuşiţi circa 20 de minute, la foc potrivit. Se mişcă cratiţa, pentru a nu se lipi de fund. Se pune sare. Separat se face un rântaş alb din unt şi făină. Se stinge cu o ceaşcă de lapte. Când sosul a fiert, se adaugă smântâna, se toarnă peste napi şi se lasă să mai fiarbă înăbuşit, la foc mic, circa 20 de minute. Se servesc cu frigănele sau cu crochete.

501. PIURE DE NAPI

400 g napi, 400 g cartofi, 2 linguri unt, 3 linguri lapte, sare.

Se curăţă napii şi se taie în felii subţiri. Se pun la fiert cu puţin lapte sau cu zeamă de carne. Se trec prin sită împreună cu aceeaşi cantitate de cartofi fierţi în apă. Se procedează apoi ca pentru piureul de cartofi (v. 391).

502. MORCOVI TINERI (CAROTE) CU UNT

1 kg morcovi (carote), 2 linguri unt, 2 ceşti zeamă de carne sau apă, 2 linguri rase zahăr, sare.

Se rad morcovii cu un cuţit bine ascuţit. Se pun într-o cratiţă cu două linguri de unt, două ceşti de apă sau zeamă de carne, două linguri rase de zahăr şi sare. Se lasă să fiarbă înăbuşit, la foc potrivit, mişcând cratiţa din când în când ca să nu se prindă pe fund. Când sunt gata, sosul trebuie să fie destul de scăzut. Numai dacă morcovii încep să se rumenească înainte de a fi destul de fierţi, se mai adaugă o lingură sau două de apă. Se servesc cu frigănele sau cu crochete.

503. MORCOVI DE IARNĂ CU UNT

Aceleaşi cantităţi ca mai sus.

Se rad morcovii şi se taie felii subţiri. Se pun la fiert într-o cratiţă cu apă rece. După câteva clocote se scot, se scurg şi se pun să fiarbă înăbuşit cu unt, apă, zahăr şi sare, la fel ca morcovii tineri.

504. MORCOVI CU SMÂNTÂNĂ

Aceleaşi cantităţi ca mai sus, în plus 1 ceaşca smântână, 1 linguriţă făină.

Se pregătesc morcovii, fie tineri, fie de iarnă, la fel ca morcovii cu unt. Se amestecă separat smântâna cu făina şi se toarnă deasupra. Cum s-au înfierbîntat, se servesc.

505. MÂNCARE DE MORCOVI

1 kg morcovi, 3 cepe, 2 linguri unt sau untură, 1 linguriţă zahăr, 1 linguriţă făină, 2 ceşti zeamă de carne sau apă, 1 gălbenuş, sare.

Se rad morcovii, se taie felii şi se pun să fiarbă cu apă rece, circa 10 minute. Se scurg. Se taie cepele felii foarte subţiri şi se pun într-o cratiţă cu unt şi cu morcovii fierţi şi scurşi. Se adaugă sare şi o linguriţă de zahăr. Se ţin o jumătate de oră pe foc mic, mişcând cratiţa din când în când, ca să nu se prindă ceapa şi morcovii pe fund. Se presară făina şi se toarnă zeama de carne sau apă. Se lasă să mai fiarbă 20 de minute. Înainte de a servi, se amestecă separat un gălbenuş cu puţin sos din mâncare şi se toarnă apoi totul deasupra. Se serveşte fierbinte, cu frigănele.

506. CEAPĂ UMPLUTĂ

12 cepe mijlocii, 1 felie pâine, 12 nuci, sare, piper, 1 linguriţă verdeaţă, 2 linguri ulei, 2 linguri făină, 1 lingură bulion, 1 lingurită zahăr, sare.

Se aleg cepe de mărime mijlocie, se curăţă şi se fierb în apă cu sare până încep să se moaie. Se scurg din apă şi după ce s-au mai răcorit, se scobesc, iar miezul se toacă împreună cu o felie de pâine muiată şi stoarsă, la care se adaugă sare, piper, verdeaţă şi câteva nuci pisate bine, într-o piuliţă de piatră. Cu această compoziţie se umplu cepele şi se aşază în cratiţă. Între timp se pregăteşte sosul. Se face un rântaş din ulei cu făină, care se stinge cu apă. Se adaugă puţin bulion, zahăr, sare. Se strecoară sosul peste cepele din cratiţă şi se dă la cuptor. Se ţin până încep să se rumenească.

507. CEAPĂ UMPLUTĂ CU USTUROI

12 cepe mijlocii, 4 căpăţîni de usturoi, 2 linguri ulei, sare, piper, 1 lingură pesmet.

Se opăresc cepele şi usturoiul cu apă clocotită. Se scobesc cepele. Se pisează în piuliţă de piatră usturoiul şi miezul scos din ceapă, cu sare, piper şi puţin ulei. Se umplu cu această pastă cepele, se presară deasupra pesmet şi se dau la cuptor într-o farfurie cu puţin ulei. Se ţin până se rumenesc.

508. CEAPĂ UMPLUTĂ CU OREZ

12 cepe mijlocii, 1/2 ceaşcă orez, 2 linguri ulei, sare, piper, verdeaţă.

Se aleg cepe frumoase, de mărime potrivită. Se scobesc miezurile şi se pun să fiarbă un sfert de oră în apă cu sare. Se scurg şi când s-au mai răcorit, se umplu cu orez, la fel ca roşiile (v. 449). Se

dau la cuptor. La fel se pot face umplute cu ciuperci.

509. GHIVECI CU ULEI

Zarzavat de tot felul, în total 1,500 kg, 4 cepe, 4 roşii, 3 linguri ulei, pătrunjel verde tocat.

Se pregăteşte zarzavatul astfel: se taie puţină varză în bucăţi, un morcov, un pătrunjel şi o jumătate de ţelină în felii subţiri, se curăţă o mână de bame care se opăresc cu borş, una de mazăre, una de fasole verde. Se rade un dovlecel şi se taie în bucăţi potrivite, precum şi o vânătă, care se opăreşte mai înainte cu apă. Dacă se găseşte, se pun şi câteva buchete de conopidă şi la urmă roşiile tăiate în două şi fără seminţe, un ardei gras tăiat mărunt şi câţiva cartofi curaţaţi şi tăiaţi în bucăţi ca şi dovleceii. Separat se rumenesc în ulei cepele tăiate felii, se pune zarzavatul, dacă trebuie se mai adaugă ulei, puţină apă, sare. Se dă la cuptor, se ţine la foc potrivit, până ce tot zarzavatul a fiert. Nu se umblă cu lingura pentru a nu se sfărâma, se mişcă numai cratiţa într-o parte şi în alta, controlându-se dacă nu s-a prins pe fund. Când este aproape gata, se adaugă puţin pătrunjel verde tocat. Se serveşte rece.

510. LEGUME ASORTATE

200 g morcov, 200 g mazăre verde, 200 g fasole, 200 g cartofi, 1 conopidă mijlocie, 3 linguri unt.

Se pregătesc separat: morcovi, mazăre, fasole, cartofi, aşa cum s-a arătat la fiecare, şi se fierbe o conopidă frumoasă. Se aşază pe o farfurie rotundă conopida la mijloc, împrejur fasolea, apoi cartofii, morcovii şi, în sfârşit, mazărea. Se toarnă unt peste conopidă, se servesc cât mai fierbinţi.

511. ŞNIŢEL DE LEGUME

2 morcovi, 1 pătrunjel, 4 cartofi, 1/4 de varză, o mână de fasole, una de mazăre; 2 ouă, 2 linguri făină, 1 lingură brânză rasă, 1 lingură pesmet, 2 linguri untură, sare.

Se fierb împreună sau separat, în apă cu sare: morcovii, pătrunjelul, cartofii fără coajă, varza (opărită mai înainte), fasolea verde şi mazărea boabe, verde. Se scurg bine din apă şi se toacă împreună, afară de mazăre, potrivit de mărunt. Separat se amestecă o lingură de făină cu două ouă, se adaugă zarzavatul, brânza rasă şi sare dacă mai trebuie. Se ia cu lingura din compoziţie, se fac chiftele rotunde cu mâna dată prin făină şi se turtesc apoi în formă de şniţel, pe un fund presărat cu pesmet. Se rumenesc în untură şi se servesc cu salată.

512. CHIFTELE DE ZARZAVAT

2 morcovi, 2 pătrunjei, 1 ţelină, 1 praz, 5 cartofi, 2 ouă, 2 linguri brânză, 3 linguri făină, sare, piper, 3 linguri untură sau ulei.

Se fierbe tot zarzavatul şi cartofii fără coajă. Se scurg bine de apă, se dau prin maşina de carne. Se adaugă două linguri de făină, două ouă, brânză, sare, piper. Se fac chiftele rotunde care se dau prin făină şi se prăjesc în untură sau în ulei.

513. BUDINCĂ DE CLATITE CU LEGUME

O mână de fasole verde, o mână de mazăre boabe, câteva buchete de conopidă, 1 dovlecel mic, 2 cartofi, 1 morcov, 1 lingură făină, 1 lingură unt, 1 ceaşcă lapte, 2 ouă, 2 linguri brânză rasă, 2 linguri smântână, sare. Pentru clătite: 2 ouă, 1 ceaşcă făină, 1 ceaşcă lapte, 1 lingură unt, sare.

Se fac 14 — 15 clătite din două ouă (v. 631). Dinainte se pregătesc legumele fierte separat, adică fasole verde, mazăre boabe, câteva buchete de conopidă, un dovlecel, doi cartofi, un morcov, acestea din urmă curăţite şi tăiate bucăţi potrivite. În acest timp se pregăteşte sosul astfel: se prăjeşte o lingură de făină cu o lingură de unt şi înainte de a se rumeni, se stinge cu lapte, potrivind sosul să aibă consistenţa smântânii. Se pune sare. După ce s-a mai răcorit, se adaugă ouăle, brânza rasă şi smântâna. Se unge bine cu unt o cratiţă de mărimea clătitelor. Se aşază două clătite pe fund şi trei, patru pe margini, astfel încât după ce s-a umplut cratiţa, să poată fi întoarse deasupra, toată budinca fiind îmbrăcată în clătite. Se pune un strat de legume amestecate, două linguri de sos, o clătită şi aşa mai departe, până ce se umple cratiţa. Se întorc deasupra clătitele de pe margini, se stropeşte budinca cu unt şi se dă la cuptor să se rumenească. Când este gata se răstoarnă.

514. CIUPERCI CU SMÂNTÂNĂ

1 kg ciuperci, 2 linguri unt, 1 ceaşcă smântână, 1 linguriţă făină, sare, mărar tocat.

Se aleg ciuperci, de preferinţă mici, în orice caz foarte proaspete, albe şi cu carnea tare. Se curăţă, se rup picioarele, iar ciupercile mari se taie în patru sau în mai multe bucăţi, după mărmie. Pe măsură ce sunt curăţite, se aruncă într-o cratiţă cu apă rece în care s-a pus puţin oţet şi un praf de sare, pentru a nu se înnegri înainte de a fi puse foc. Îndată ce sunt toate curăţite, se pun în cratiţă să se înăbuşe, cu unt şi puţină sare. Se amestecă din când în când se fierb până ce apa pe care au lăsat-o este aproape scăzută. Când sunt gata, se adaugă smântâna amestecată cu făină şi se lasă la foc mic până încep din nou să fiarbă. Înainte de a servi, se adaugă puţin mărar verde tocat. În loc de a se amesteca cu smântână, făina poate fi prăjită uşor în unt şi stinsă, adăugându-se apoi smântână. Totul se toarnă peste ciuperci şi se lasă să dea câteva clocote.

515. CIULAMA DE CIUPERCI

1 kg ciuperci, 2 linguri unt, 2 linguri făină, sare, piper.

Se pregătesc ciupercile la fel ca mai sus şi se fierb în apă cu puţină sare. Se prăjeşte uşor făina în unt şi se stinge cu o ceaşcă din zeama în care au fiert ciupercile. Se lasă să fiarbă încet până ce sosul este potrivit de gros. Se amestecă cu ciupercile; se dă sare şi piper şi se lasă să dea împreună câteva clocote. Se serveşte foarte fierbinte, cu mămăligă.

516. MÂNCARE DE CIUPERCI

1 kg ciuperci, 2 cepe, 4 roşii, 2 linguri unt, 1 linguriţă făină, sare, verdeaţă tocată.

Se curăţă ciupercile ca mai sus şi se taie bucăţi. Se taie ceapa felii şi se prăjeşte uşor cu o lingură de unt. Se pun ciupercile şi se ţin până scade toată apa din ele. Se adaugă făină, câteva roşii fără coajă şi seminţe, sare şi puţină verdeaţă tocată. Se lasă să fiarbă acoperit până ce mâncarea este potrivit de scăzută. Se serveşte fierbinte. Se poate pregăti la fel cu ulei, servindu-se rece.

517. CIUPERCI CU OUĂ

750 g ciuperci, 2 cepe, 1 lingură unt, 1 linguriţă făină, 1 ceaşcă zeamă de carne, 1 ceaşcă smântână, 3 ouă, sare, piper.

Se curăţă ciupercile ca mai sus. Se toacă mărunt atât ciupercile, cât şi ceapa şi se prăjesc împreună uşor cu o lingură de unt. Se presară făina, se toarnă zeamă de carne sau apă, Se adaugă sare, piper şi când ciupercile sunt fierte, smântâna. Se fierb câteva ouă tari, se curăţă, se taie felii, se aşază pe o farfurie fierbinte. Se toarnă ciupercile deasupra. Se servesc fierbinţi.

518. CIUPERCI UMPLUTE

1 kg ciuperci, 1 ceapă, 1 lingură unt, 25 g unt proaspăt, 1 linguriţă făină, 1 păhărel vin, 1 lingură bulion, 2 linguri pesmet, 1 linguriţă frunze de pătrunjel tocat, sare, piper.

Se aleg ciuperci mari, frumoase. Se rupe piciorul, se spală şi se scurg. Se aşază toate într-o formă rezistentă la foc, stropindu-le cu puţin unt. Se dau la cuptor până încep să se moaie. Se toacă mărunt picioarele împreună cu ciupercile mărunte şi cu o ceapă. Se pun la foc cu o lingură de unt. Când s-au muiat, se presară făina, se adaugă vinul şi zeama de carne sau apă. Se lasă să fiarbă. Se mai adaugă bulion, sare, piper şi pesmet. Se ţin pe foc până ce pasta este suficient de legată. Se adaugă pătrunjel verde tocat. Se pune câte o linguriţă de umplutură în fiecare ciupercă, netezind deasupra cu un cuţit. Se presară pesmet fin, se dau un sfert de oră la cuptor. Înainte de a servi, se pune peste fiecare ciupercă o bucăţică mică de unt proaspăt. Se pot pregăti, de asemenea, fără bulion şi fără pesmet.

519. CIUPERCI LA GRĂTAR

Se spală ciuperci mari, frumoase şi se rupe piciorul. Se şterg fără să se cureţe de pieliţă şi se presară cu puţină sare. Se pun la fript pe grătarul încins şi înainte de a servi, pe fiecare ciupercă se pune o bucăţică mică de unt proaspăt. Se servesc foarte fierbinţi.

520. CIUPERCI LA TAVĂ

Se pregătesc ciupercile ca mai sus. Se usucă, se aşază într-o tavă unele lângă altele şi în fiecare ciupercă se pune un praf de sare şi o bucăţică de unt proaspăt. Se dau la cuptor. Se ţin până se moaie. Se servesc fierbinţi.

521. CIUPERCI ÎN ALUAT

500 g ciuperci frumoase, 1 ou, 1/2 ceaşcă făină, 1/2 ceaşcă lapte, sare, 3 linguri untură sau ulei.

Se aleg ciupercile mijlocii, se rup picioarele, se spală şi se usucă bine cu un şervet. Se face un aluat de clătite (v. 631) dintr-un ou, făină şi lapte, se moaie ciupercile în aluat şi se prăjesc într-o cratiţă cu multă untură fierbinte ca să le cuprindă bine. Se rumenesc pe amândouă părţile, se presară puţină sare, se servesc fierbinţi.

522. MINCARE DE HRIBI

200 g hribi (mânătărci), 4 cepe mijlocii, 1 linguriţă făină, 1 lingură bulion, verdeaţă, sare, piper, 3 linguri ulei.

Hribii uscaţi se aleg cu foarte mare grijă, să nu aibă viermi. Se spală în câteva ape şi se lasă în apă căldicică din ajun până a doua zi. Se scurg bine de apă şi se taie ca tăiţeii mai groşi. Apa în care s-au muiat hribii se lasă să se limpezească şi se păstrează. Separat se rumenesc în ulei cepele tăiate mărunt, se presară făina, se sting cu o ceaşcă din apa limpezită în care au fost muiaţi hribii. Se adaugă bulion, sare, piper. Se pun hribii şi se lasă să fiarbă împreună, adăugându-se câte puţin din apa în care au fost muiaţi, până ce mâncarea este gata. Se serveşte rece cu pătrunjel verde, tocat mărunt, deasupra.

523. PILAF DE HRIBI

150 g hribi (mânătărci), 1 1/2 ceaşcă orez, 2 cepe, 3 Iinguri ulei, 1 lingură bulion, sare, piper.

Se moaie hribii din ajun. Se prăjesc în ulei două cepe tăiat mărunt. Se adaugă orezul ales, spălat şi apoi uscat într-un şervet. Când orezul şi ceapa încep să se îngălbenească, se aşază într-o cratiţă, împreună cu 150 g de hribi fierţi şi tăiaţi felii. Se toarnă trei ceşti din apa în care au fost muiaţi şi fierţi hribii, după ce a fost limpezită. Se adaugă sare, piper şi o lingură de bulion. Se ţine la cuptor până ce orezul este fiert. Se serveşte rece. Atât mâncarea, cât şi pilaful se pregătesc la fel şi din hribi proaspeţi. Pilaful de hribi se poate servi şi cald, cu sos de smântână.

FĂINOASE ŞI DIFERITE FELURI CU BRÂNZĂ

524. RISOTO CU SOS DE ROŞII

1 1/2 ceaşcă orez, 2 linguri unt, 3 ceşti zeamă de carne, 2 linguri brânză rasă, unt proaspăt cât o nucă, sare.

Se alege orezul, se spală şi se usucă cu un şervet. Se infierbîntă într-o cratiţă untul, se pune orezul şi se amestecă până începe să se îngălbenească. Se toarnă zeama de carne şi se dă la cuptor, la foc potrivit. Se lasă circa 25 de minute fără să se amestece, până ce orezul este fiert, dar nesfărâmat, bob de bob. Se unge o formă de tablă bine cu unt, se aşază orezul la care s-a adăugat o bucăţică de unt proaspăt şi puţină brânză rasă, se dă câteva minute la cuptor şi se răstoarnă pe farfurie. Se presară deasupra brânză rasă sau caşcaval ras, iar împrejur se pune cu lingura un sos gros de roşii (v. 63). Se serveşte foarte fierbinte.

525. RISOTO CU FICAT

1 1/2 ceaşcă orez, 3 linguri unt, 4 ceşti zeamă de carne, 200 g ficat, unt proaspăt cât o nucă.

Se pregăteşte orezul ca mai sus, se taie în bucăţele mici ficatul şi se înăbuşă cu puţin unt, fără însă să se usuce. Când orezul este fiert, se adaugă puţin unt proaspăt, se aşază într-o formă de tablă unsă cu unt, de preferinţă cu gaură la mijloc. Se pune apoi ficatul, după ce a fost sărat cât trebuie, apăsându-l puţin cu ingura, astfel încât să intre în orez. Se dă câteva minute la cuptor, apoi se răstoarnă pe farfurie. Se serveşte cu sos de roşii sau de ciuperci

526. RISOTO CU MÂNCARE DE RINICHI

Pentru risoto aceleaşi cantităti ca mai sus. Pentru mâncare de rinichi, v. 308.

Se pregăteşte orezul după cum s-a arătat şi se aşază într-o formă de tablă cu gaură la mijloc, bine unsă cu unt. Se dă câteva minute la cuptor. Separat se face mâncarea de rinichi, cu sau fără ciuperci (v. 308 *şi* 310). Se răstoarnă orezul pe farfurie, iar la mijloc se aşază mâncarea de rinichi.

527. RISOTO CU LIMBĂ

1 ceaşcă orez, 1 limbă de viţel, 1 ceapă, 1 morcov, 1 patrunjel, 3 linguri unt, 1 lingură făină, unt proaspăt cât o nucâ, 100 g brânză rasă, sare.

Se fierbe o limbă de viţel (v. 296) cu o ceapă şi zarzavat. Se curăţă de piele şi se taie în cuburi mici. Se face un sos gros ca o smântână, dintr-o lingură de unt şi o lingură de făină. Se stinge cu zeama în care a fiert limba şi se amestecă cu bucăţile de limbă. Se prăjeşte uşor în unt orezul şi se stinge cu două ceşti de zeamă limpezită în care a fiert limba. Când orezul este fiert, se amestecă cu puţin unt proaspăt şi cu 100 g de brânză rasă uşor, pentru a nu se

sfărâma orezul. Se pune într-o formă cu gaură mare, bine unsă cu unt. Se dă câteva minute la cuptor, se răstoarnă pe farfurie, iar la mijloc se aşază limba. Se serveşte fierbinte.

528. PILAF BULGĂRESC
1 1/2 ceaşcă orez, 3 cepe mijlocii, 4 roşii, 2 ardei graşi, 3 ceşti cu apă, 3 linguri ulei, sare

Se taie ceapa mărunt. Se pune într-o cratiţă cu ulei, amestecând din când în când până începe ceapa să se moaie. Se adaugă ardeii tăiaţi felii, apoi orezul ales şi spălat şi roşiile tăiate. Se toarnă trei ceşti de apă, se potriveşte de sare, se acoperă şi se dă cratiţa la cuptor. Se ţine 20 — 30 de minute, până se fierbe orezul. Se răstoarnă şi se serveşte puţin răcorit.

529. MACAROANE CU BRÂNZĂ
400 g macaroane, 100 g brânză rasă, 50 g unt proaspăt, sare.

Se fierb 3 l apă cu puţină sare. Când apa clocoteşte, se dă drumul macaroanelor, rupte sau nu în bucăţi, după dorinţă. Îndată ce încep din nou să fiarbă se dau la o parte, pe foc mai mic, şi se ţin să clocotească încet. Macaroanele nu trebuie lăsate să fiarbă prea mult şi nici la foc mare, deoarece se sfărâmă şi devin cleioase. Se scurg bine de apă prin strecurătoarea specială, cu găuri mari şi se limpezesc cu apă rece. Se pun în cratiţă, se adaugă untul proaspăt, desfăcut în mai multe bucăţi pentru a se topi repede, şi două linguri de brânză rasă. Se mişcă cratiţa până începe brânza să se topească, se adaugă încă două linguri de brînză şi se ţin o clipă pe foc să se înfierbânte, fără să se mai topească brînza, Se toarnă în farfurie, se servesc firbinţi.

530. MACAROANE LA CUPTOR
Aceleaşi cantităţi ca mai sus, în plus 1 linguriţă pesmet.

Se pregătesc macaroanele la fel ca mai sus. Se pun într-o formă rezistentă la foc, unsă cu unt. Se presară deasupra brânză rasă amestecată cu puţin pesmet şi câteva bucăţele de unt proaspăt. Se dau la cuptor la foc iute, se ţin câteva minute, până ce se rumenesc deasupra.

531. MACAROANE CU SOS DE ROŞII
Aceleaşi cantităţi ca la “Macaroane cu brânză”. Pentru sos: 500 g roşii, 1 linguriţă zahăr, unt proaspăt cât o nucă.

Se pregătesc la fel ca macaroanele cu brânză. Se face un sos de roşii cu zahăr, sare, puţin unt. Se toarnă peste macaroane sau se serveşte separat.

532. SPAGHETE CU OUĂ ŞI SOS DE ROŞII
400 g spaghete, 3 ouă, 1 lingură unt, 1 lingură brânză. Pentru sos: aceleaşi cantităţi ca mai sus.

Se fierb spaghetele în apă cu sare, se scurg şi se amestecă cu o

lingură de unt. Se fierb ouăle răscoapte. Din timp se pregăteşte un sos de roşii, foarte picant. Se unge bine cu unt o formă rezistentă la foc, se pune un rând de spaghete, unul de felii de ouă şi câteva linguri de sos. Se continuă până se umple forma. Se presară brânza rasă şi se dă la cuptor să se rumenească.

533. SPAGHETE ÎN FORMĂ

300 g spaghete, 2 linguri unt, 1 Iingură făină, 1 ou, 100 g ciuperci, 1 lingură brânză, sare. Pentru aluat: 150 g făină, 1 gălbenuş, 50 g untură, 2 linguri apă, sare.

Se face un aluat din făină, untură, un galbenuş, apă, sare, cu care se îmbracă o formă rezistentă la foc. Se opreşte un rond de aluat pentru capac. Se fierb spaghetele în apă cu sare, se scurg. Separat se face un sos potrivit de legat, din unt, făină şi o ceaşcă de apă, la care se adaugă un ou. Se amestecă cu spaghetele şi se pun ciupercile fierte sau înăbuşite în unt. Se potriveşte de sare. Se aşază în formâ îmbrăcată în aluat, se acoperă cu capacul de aluat, care se lipeşte pe margini cu apă rece, şi se coc la cuptor, Se răstoarnă şi după dorinţă se servesc cu salată verde.

534. BUDINCĂ DE MACAROANE

300 g macaroane, 4 linguri brânză, 2 ouă, 1 ceaşcă lapte sau smântână, 2 linguri unt, 1 lingură pesmet.

Se fierb macaroanele în apă cu sare, se scurg şi se limpezesc cu apă rece. Se freacă într-un castron brânza de vacă amestecată cu brânză de oi, sau numai brânză de vacă, cu două ouă, o ceaşcă de lapte sau de smântână, o lingură de unt, sare. Se amestecă cu macaroanele. Se unge o formă cu unt, se presară cu pesmet, se toarnă macaroanele, se dau la cuptor. Se ţin trei sferturi de oră. Când sunt gata se răstoarnă.

535. PLĂCINTĂ CU MACAROANE

Aceleaşi cantităţi ca mai sus, fără pesmet, în plus 2 linguri unt. Pentru foaia de plăcintă: 250 g făină, 1 lingură, ulei, ½ ceaşcă apă caldă, 1/2 linguriţă sare, sau se cumpără 250 g foi din comerţ.

Se face o foaie de plăcintă (v. 605). Se aşază într-o formă sau chiar într-o cratiţă bine unsă cu unt, 4 — 5 rânduri de foi stropite între ele cu unt, lăsând marginile să iasă afară din cratiţă, pentru a putea fi întoarse apoi peste macaroane. În lipsă de timp, foile pot fi cumpărate de la o plăcintărie. Se fierb macaroanele, se scurg şi se amestecă cu unt, brânză, ouă bătute separat, sare şi puţină şuncă slabă, tăiată mărunt (facultativ). Se toarnă compoziţia în cratiţa îmbrăcată cu foile de plăcintă, se întorc marginile deasupra, astfel încât macaroanele să fie bine învelite. Se unge deasupra cu unt. Se dă la cuptor. Se răstoarnă şi se serveşte cu sos de roşii sau cu alt sos, după gust.

536. PLĂCINTĂ CU MACAROANE ŞI CARNE
250 g macaroane, 2 ouă, 2 linguri brânză, 3 linguri unt, 1/2 ceaşcă lapte, 250 g carne, 1 ceapă. Pentru foaia de plăcintă, aceleaşi cantităţi ca mai sus.

Se pregăteşte foaia de plăcintă şi macaroanele la fel **ca** mai sus. Se trece carnea prin maşină şi se prăjeşte în unt cu o ceapă tocată mărunt. Se toarnă câte puţină apă şi se mai ţine pe maşină până scade apa şi carnea începe să se prăjească. În forma îmbrăcată cu foile de plăcintă se aşază un rând de macaroane, se întinde apoi carnea şi se pune deasupra restul de macaroane. Se acoperă cu foile de plăcintă, se unge cu unt şi se dă la cuptor. Se răstoarnă şi se serveşte cu sos de roşii.

537. IOFCA (MACAROANE DE CASĂ)

Se face un aluat ca de tăiţei (v. 604). Când foaia s-a uscat pe jumătate, se face sul şi se taie în panglici late de un deget. Se resfiră pe masa de aluat şi se lasă să se usuce. Se fierb cu apă şi sare, ca şi macaroanele de târg. Se pregătesc la fel, cu brânză, şuncă etc.

538. IOFCA CU MÂNĂTĂRCI (HRIBI)
150 g hribi, 1 ceapă, 3 linguri unt, 1 lingură bulion, 2 linguri brânză rasă, sare. Pentru iofca: 150 g făină, 1 ou, 1 lingură apă, sare.

Se pregăteşte iofcaua dintr-un ou, aşa cum s-a arătat mai sus, şi se fierbe în apă cu sare. Pe de altă parte se taie ca fideaua o farfurie de hribi, muiaţi în apă din ajun (v. 522). Se toacă o ceapă mărunt şi se prăjeşte uşor cu o lingură de unt. Când începe să se îngălbenească, se pun hribii, se daugă o lingură de bulion şi puţină zeamă de carne sau apă. Se lasă să fiarbă înăbuşit, se potriveşte de sare. Se scurge iofcaua de apă, se amestecă cu o lingură de unt şi două linguri de brânză rasă. Se aşază într-o formă un strat de iofca, se toarnă mâncarea de hribi şi se aşază restul de iofca. Se stropeşte cu unt, se presară brânză şi se serveşte în formă. La fel se poate pregăti cu sbârciogi sau cu ciuperci.

539. MAMĂLIGĂ FIARTĂ
500 g mălai, 1 ½ l apă, 1 linguriţă sare.

Se pune ceaunul cu apă la fiert. Separat se pregăteşte mălaiul proaspăt cernut. Când apa dă în fiert, se adaugă o linguriţă de sare şi se presară puţin mălai. După câteva minute, când apa clocoteşte se toarnă tot mălaiul deodată şi se despică moviliţa de mălai în două cu făcăleţul. Se lasă să fiarbă cu încetul circa o jumătate de oră. Apoi se amestecă bine de tot, apăsând cu făcăleţul spre pereţii ceaunului. Dacă mămăliga pare prea moale, se mai presară puţin mălai,

amestecând continuu. La sfîrşit se ţine făcăleţul drept în mămăligă şi se freacă repede între palme. Apoi se scoate. Dacă iese curat, înseamnă că mămăliga este fiartă. Dacă se lipeşte mămăliga de el, se mai lasă să fiarbă. Se moaie în apă o lingură de lemn şi se adună mămăliga, păturind-o dinspre margini. Se mai lasă câteva clipe pe maşină pentru ă se răscoace la fund şi pentru a se răsturna uşor. Se apucă bine ceaunul de urechi cu o cârpă, se scutură de câteva ori în lături şi se răstoarnă mămăliga pe un fund de lemn, pregătit la îndemână (nu pe farfurie ca să nu cruzească mămăliga). Se taie felii cu ajutorul unei sfori curate sau cu un cuţit de lemn.

540. MĂMALIGĂ PRIPITĂ

Se folosesc aceleaşi cantităţi ca mai sus (v. 539).

Se pune ceaunul cu apă la fiert. Când apa este fierbinte se pune sare şi se presară puţin mălai. La primele clocote, se introduce mălaiul (cernut şi pregătit la îndemână) lăsându-i să cadă în ceaun în formă de ploaie şi amestecând continuu cu făcăleţul. Dacă mămăliga pare destul de tare, nu se mai adaugă mălai (trebuie să se ţină seamă că mămăliga se mai îngroaşă la fiert), dar se amestecă mai departe apăsând cu făcăleţul spre pereţii ceaunului. Când mămăliga este destul de fiartă, se scoate făcăleţul, se curăţă cu o lingură de lemn udată în apă, apoi tot cu lingura se strânge mămăliga dinspre margini şi se mai lasă o clipă pe foc. După ce au mai răbufnit de câteva ori aburii, se apucă ceaunul cu o cârpă de urechi, se scutură de câteva ori şi se răstoarnă pe un fund curat de lemn. Mămăliga pripită este mai moale decât mămăliga fiartă şi se serveşte la masă lângă ochiuri, brânză cu smântână, topitură etc.

541. URS DE MĂMĂLIGĂ (BULZ)

Se face o mămăligă potrivit de tare. Se iau cu lingura bucăţi de mărimea unui măr mijlociu, se umple fiecare cu o linguriţă sau două de brânză de burduf. Se rotunjesc în mână. Se pun să se coacă în spuză fierbinte. Sunt gata atunci când au o culoare rumenă pe afară, iar brânza s-a topit înăuntru.

542. MĂMĂLIGĂ PRĂJITĂ

Mămăliga rămasă din ajun se taie felii de un deget de groase şi de mărime potrivită. Se prăjesc în ulei fierbinte. Se servesc cu fasole sau cu mazăre bătută.

543. MĂMĂLIGĂ LA CUPTOR

400 g mălai, 1 ¼ l **apă, 1 linguriţă sare, 200 g brânză, 100 g unt, 2 ouă, 2 linguri lapte, sare.**

Se face o mămăligă mai moaîe. Se unge cu unt o formă rezistentă la foc. Se pune un strat subţire de mămăligă aşezată uşor şi întinsă cu o lingură muiată în unt. Se pune un strat de brânză de

burduf sau de telemea, după gust, şi unt, apoi din nou mămăligă, brânză, unt. Ultimul strat trebuie să fie de mămăligă. Se bat ouăle cu puţin lapte şi cu sare ca pentru omletă. Se toarnă peste mămăligă, se presară brânză rasă, se dă la cuptor până ce se rumeneşte deasupra. Se serveşte în formă.

544. BALMUŞ

400 g mălai, 11/2 l lapte îndoit cu apă, 200 g brânză de oi, sare.

Se pune la fiert laptele îndoit cu apă, din care se face o mămăligă ceva mai moale. Când este gata, se adaugă brânza de oi şi se mai amestecă până se încorporează bine toata brânza. Se răstoarnă. Se serveşte foarte fierbinte, cu smântână.

545. MĂMĂLIGĂ CU OCHIURI

400 g mălai, 1 ¼ l lapte îndoit cu apă, sare, 1 lingură unt, 2 linguri smântână, 2 linguri brânză, 6 ouă, unt proaspăt cât o nucă.

Se pune la fiert laptele îndoit cu apă, din care se face o mămăligă potrivit de moale. Când este gata, se adaugă untul, smântâna şi brânza. Se unge cu unt o formă rezistentă la foc, se aşază mămăliga, se netezeşte deasupra, apoi cu dosul unei linguri muiate în unt topit, se fac cuiburi de mărimea unui ou. Se sparge câte un ou în fiecare cuib, se pun deasupra câteva bucăţele de unt şi se dă la cuptor până începe să se prindă albuşul. Se serveşte în formă.

546. GĂLUŞTE DE MĂMĂLIGĂ

Se face o mămăligă potrivit de tare. Se adaugă puţin unt şi brânză rasă. Se ia cu lingura din mămăligă, se fac găluşte care se dau prin ou bătut şi pesmet şi se rumenesc pe toate părţile în unt sau în untură fierbinte. Se servesc la masă cu smântână şi brânză rasă.

547. ALIVANCĂ

400 g brânză de vacă, 4 ouă, 4 linguri mălai, 2 linguri făină, 2 linguri smântână, 1 lingură unt, 1 ceaşcă smântână pentru servit.

Se freacă într-un castron brânza de vacă până devine ca o cremă. Se pun pe rând ouăle, mălaiul, făina, smântâna, untul. Se pune sare. Se amestecă bine compoziţia şi se toarnă într-o tavă unsă cu unt sau aşternută cu foi de varză. Se coace la cuptor la foc potrivit. Se taie în bucăţi, se servesc fierbinţi cu smântână proaspătă. Alivanca nu trebuie lăsată să aştepte deoarece se măreşte stând.

548. PĂPARĂ DE PÂINE

12 felii de pâine, 2 ceşti lapte, 4 linguri brânză de oi, *2* linguri unt, 2 ouă, 1 lingură brânză rasă, sare.

Se taie dintr-o franzelă albă felii groase de un deget. Se pun să se moaie cu lapte. Se unge cu unt o formă rezistentă la foc. Se aşază pe fund un rând de felii de pâine, se presară brânză de oi, care nu trebuie să fie iute, apoi din nou pâine şi brânză, având grijă ca forma să nu fie prea plină, deoarece papara creşte la cuptor. Se adaugă o lingură de unt şi două ouă bătute cu o ceaşcă de lapte şi puţină sare. Se presară brânză rasă. Se dă la cuptor să se rumenească încet, trei sferturi de oră.

549. CHIFLE UMPLUTE

6 chifle rotunde, 2 ceşti lapte, 1 ou, 2 linguri brânză rasă, 1 ceaşcă smântână, 2 linguri unt, verdeaţă, sare, piper.

Se taie capace la chifle. Se scobeşte miezul, care se moaie cu o ceaşcă de lapte. Se freacă adăugând un ou, verdeaţă, sare, piper şi brânză rasă. Se moaie în lapte atât chiflele, cât şi capacele, se umplu cu compoziţia de mai sus, se aşază într-o farfurie rezistentă la foc, cu o lingură de unt şi se dau la cuptor. Când sunt rumene, se toarnă în farfurie laptele rămas, amestecat cu o ceaşcă de smântână, se lasă să dea un clocot şi se servesc cu totul.

550. FRIGĂNELE DE PÂINE

12 felii de pîine, 1/2 ceaşcă lapte, puţin zahăr, 1 ou (sau 2 dacă ouăle sunt mici), 1 linguriţă ulei, 2 linguri untură.

Se taie dintr-o franzelă albă felii groase de un deget. Se moaie în lapte cu puţin zahăr câteva minute. Se scot din lapte şi se dau prin ou bătut amestecat cu o linguriţă de ulei. Se prăjesc pe ambele părţi, în unt sau în untură fierbinte, cu puţin înainte de a fi servite, la masă. Se servesc cu legume opărite cu unt, cartofi cu smântână etc.

551. FRIGĂNELE DE ALUAT

1 ou, 3 linguri făină, 1/2 ceaşcă lapte, sare, 2 linguri untură.

Se freacă bine într-un castron un ou cu trei linguri pline de făină, cu grijă să nu se facă cocoloşi. Se subţiază cu lapte, astfel încât să se obţină un aluat ceva mai gros ca la clătite. Se pune sare. Se înfierbântă într-o tigaie untură sau unt amestecat cu puţin ulei. Când grăsimea este bine încinsă, se pune câte o lingură de compoziţie. Se fac mici chiftele care se prăjesc pe ambele părţi. Se servesc cu legume opărite cu unt.

552. PILAF DE GRIŞ 1 ceaşcă griş (nu prea plină), 4 ceşti apă, 50 g unt proaspăt, sare.

Se pune apă la fiert cu puţină sare. Când apa clocoteşte, se toarnă o ceaşcă mică de griş, cu încetul, să curgă în ploaie. Se amestecă mereu să nu se facă cocoloşi şi se lasă să fiarbă până se face

ca o smântână groasă. Se pun 50 g unt proaspăt şi se serveşte cald cu zahăr şi cu scorţişoară pisată.

553. CROCHETE DE GRIŞ

1 ceaşcă griş, 3 ceşti apă sau lapte, 2 ouă, 1 lingură făină, 2 linguri untură, sare.

Se toarnă ca mai sus grişul în apă sau în laptele care clocoteşte. Se pune sare. Se fierbe amestecând mereu până se îngroaşă. Când s-a răcorit, se pun ouăle. Din această compoziţie se fac cu mâna crochete de grosimea unui cârnat, se dau prin făină şi se prăjesc în untura fierbinte. Se servesc cu legume.

554. CHIFTELE DE GRIŞ LA CUPTOR

1/2 ceaşcă griş, 3 ceşti lapte, 1 linguriţă zahăr, sare, 1 gălbenuş, 1 ceaşcă smântână, 1 lingură unt, 1 lingură brânză rasă, sare.

Se pune laptele să fiarbă cu un praf de sare şi zahăr. Când clocoteşte, se toarnă grişul cu încetul, să cadă în ploaie, amestecând mereu să nu se facă cocoloşi. Se dă la o parte, se adaugă un galbenuş, se amestecă şi se răstoarnă compoziţia pe un fund udat cu apă. Se întinde cu cuţitul un strat gros de un deget. Se lasă să se răcească. Se taie romburi şi se aşază într-o formă unsă cu unt. Se toarnă smântâna în care s-a pus puţină sare, deasupra se presară brânza rasă şi se dau la cuptor 20 de minute. Se servesc în formă.

555. CROCHETE DE CAŞCAVAL

250 g caşcaval, 1/2 lingură unt, 1 lingură făinâ, 1 ceaşcă zeamă de carne sau de lapte. Pentru prăjit: 1 lingură făină, 1 ou, 1 lingură pesmet, 2 linguri untură.

Se taie caşcavalul în cuburi mici. Se face un sos alb ceva mai gros, din unt şi făină şi se stinge cu zeamă de carne. Cantitatea de sos trebuie potrivită atât, cât să lege brânza, nu mai mult, deoarece altfel crochetele devin cleioase, fără frăgezime. Se lasă să se răcească. Se amestecă sosul cu caşcavalul. Se fac crochete, se dau prin făină, ou şi pesmet şi se rumenesc în untură.

556. CAŞCAVAL PANE

300 g caşcaval, 1 lingură făină, 1 ou (mare), 2 linguri pesmet, 2 linguri untură.

Se taie caşcavalul în felii de mărime potrivită, groase de circa 1 cm. Se dau prin făină, ou bătut şi pesmet. Se rumenesc pe ambele părţi în untură multă, fierbinte.

557. CAŞCAVAL ÎN ALUAT

250 g caşcaval, 2 linguri untură. Pentru aluat aceleaşi cantităti ca la "Frigănele de aluat" (v. 551).

Se pregăteşte din timp un aluat de frigănele. Se taie caşcavalul

în felii de mărime potrivită, groase de 1 cm. Se înfierbântă untură mai multă într-o cratiţă. Se moaie caşcavalul în aluat şi se rumeneşte în untură fierbinte.

558. GĂLUŞTE DE BRÂNZĂ LA CUPTOR

250 g apă, 60 g unt sau untură, 150 g făină, 4 ouă, 2 linguri brânză, sare, piper. Pentru sos: 1 lingură unt, 2 imguri făină, 2 ceşti lapte, 2 linguri brânză rasă, sare.

Se pun într-o cratiţă la foc apa cu untul sau untură şi un vârf de cuţit de sare. Când dau în clocot se toarnă făina, toată odată, şi se amestecă bine până se desprinde aluatul de pe cratiţă.

Se dă la o parte, se mai amestecă puţin şi când s-a mai răcorit, se adaugă pe rând ouăle. Compoziţia nu trebuie să fie prea moale. Se pune puţin piper şi brânză rasă.

Se pregăteşte o cratiţă cu apă clocotită şi sare, se ia cu linguriţa din compoziţie şi se dă drumul găluştelor în apă. Se fierb la foc mic cam 20 de minute, să nu se sfârîme. Între timp se pregăteşte sosul. Se prăjeşte o lingură bună de făină într- o lingură de unt, se stinge cu lapte şi se face un sos potrivit de legat. Se pune sare şi, după ce s-a mai răcorit, două linguri de brânză rasă. Se aşază găluştele într-o formă cu puţin unt, se toarnă sosul deasupra, se presară brânză şi se dă la cuptor la foc potrivit, o jumătate de oră.

559. GĂLUŞTE DE BRÂNZA CU SOS DE ROŞII

Se fac găluştele la fel ca mai sus (v. 558), se aşază într-o formă rezistentă la foc, se toarnă deasupra un sos de roşii (v. 63). Se presară brânza şi se dau la cuptor.

560. SUFLEU DE BRÂNZĂ NUMAI CU ALBUŞ

1 lingură unt, 1 lingură făiină, 1 1/2 ceaşcă lapte, 150 g brânză rasă, 50 g caşcaval, 6 albuşuri, sare, piper, 1/2 lingură unt pentru uns forma şi puţin pesmet.

Se face un râmtaş alb dintr-o lingură de făină şi o lingură de unt. Se stinge cu lapte sau cu smântână subţire. Cum începe să fiarbă, se dă la o parte, se adaugă brânza rasă şi caşcavalul tăiat în bucăţele mici. Se pune sare şi, după gust, puţin piper sau nucşoară pisată. Se amestecâ cu albuşurile bătute spumă şi se toarnă compoziţia într-o formă bine unsă cu unt şi presărată cu pesmet. Se presară brânza rasă, se dă la cuptor. Se serveşte îndată ce a crescut şi s-a rumenit deasupra.

561. COLŢUNAŞI CU CARNE LA CUPTOR

Pentru aluat de tăiţei, v. 604. 250 g carne, 1 lingură unt, 1 ceaşcă zeamă de carne sau apă, 1 linguriţă făină, 1/2 l zeamă de carne pentru fiert, 1 lingură brânză, 1 lingură unt, piper.

Se face un aluat de tăiţei din două ouă, însă ceva mai moale. Separat se trece prin maşină carnea, de preferinţă de berbec, se

prăjeşte într-o tigaie cu unt, se toarnă o ceaşcă de zeamă de carne şi se adaugă făina. Se lasă să scadă şi se dă la o parte să se răcorească. Se întinde foaia de aluat, se pun din loc în loc moviliţe de carne, deasupra se pune a doua foaie de aluat (foarte subţire) şi se taie cu o formă rotundă. Se strâng bine marginile între degete. Se opăresc 20 de minute în supă clocotită (să nu fiarbă), se scurg şi se aşază într-o farfurie rezistentă la foc, punând între ei brânză, piper şi unt. Se toarnă zeamă de carne concentrată cât să-i cuprindă şi se dau la cuptor trei sferturi de oră, la foc potrivit.

562. COLŢUNAŞI CU BRÂNZĂ

Pentru aluat de tăiţei, v. 604. 200 g brânză de vacă, 1 ou, 1 linguriţă făină, puţin zahăr, sare, 2 linguri unt.

Se face un aluat de tăiţei din două ouă, însă ceva mai *U* moale. Se întinde o foaie şi înainte de a se zbici, se taie pătrate de 5 — 6 cm. Se freacă separat brânza de vacă cu un ou, puţin zahăr (după dorinţă), făină şi sare. Se poate adăuga şi o lingură de brânză de oi, dacă nu este iute. În fiecare pătrat de aluat se pune cu linguriţa puţină brânză, se întoarce în două, astfel încât să formeze triunghiuri, strângându-se bine marginile între degete, pentru a se lipi bine aluatul. Cu un sfert de oră înainte de masă se fierb la foc potolit, într-o cratiţă mare cu apă clocotită şi sare. Se scurg bine de apă şi se opăresc cu unt. Se servesc fierbinţi.

563. COLŢUNAŞI CU CARNE, FIERŢI

Pentru aluat de tăiţei, v. 604. 250 g carne, 1 lingură untură, 1 ceapă, 1 ou, sare, piper.

Se pregăteşte foaia de aluat la fel ca mai sus. Se taie pătrate de 5 — 6 cm. Se trece prin maşină carnea crudă sau rasol fiert şi se prăjeşte în untură cu o ceapă coaptă în cuptor şi tăiată mărunt. Se toarnă câte puţină apă ca să nu se usuce carnea prea tare. Se dă la o parte, se amestecă cu un ou şi după ce s-a răcorit, se umplu pătratele de aluat. Se lipesc şi se fierb la fel ca şi colţunaşii cu brânză. Se servesc cu sos de roşii sau cu smântână. Se pot pregăti la fel, cu creier fiert şi tocat mărunt sau cu jumări rămase de la topirea unturii, trecute prin maşină împreună cu ceapa coaptă în cuptor.

564. COLŢUNAŞI CU CARNE PRĂJIŢI

1 ceaşcă caimac, 2 ouă, 1 lingură rom, făină, sare. Pentru umplutură, aceleaşi cantităţi ca mai sus. 2 linguri untură pentru prăjit.

Se face un aluat mai îndesat din caimac, ouă, o lingură de rom, sare şi făină cît se cere. Se întinde foaia ca de tăiţei, se taie pătrate de 6 — 7 cm şi se umplu cu o tocătură de carne pregătită ca pentru colţunaşi fierţi. Se îndoaie în colţ, astfel încât să formeze triunghiuri şi se lipesc bine pe margini. Se rumenesc în grăsime clocotită, pe ambele părţi. Se servesc fierbinţi, sunt însă buni şi reci.

565. PLĂCINTĂ CU BRÂNZĂ

300 g brânză de vacă, 30 g unt proaspăt, 1/2 lingură făină, 2 ouă, 1/2 ceaşcă lapte, sare, 2 linguri unt. Pentru aluat de plăcintă, v. 605.

Se face un aluat de plăcintă. Se întinde foaia foarte subţire şi, după ce s-a uscat puţin, se taie în bucăţi de mărimea tăvii în care se va aşeza plăcinta. Se face o umplutură din brânză de vacă şi anume: se freacă într-un castron brânza cu untul, se adaugă ouăle, amestecând mereu şi la urmă laptele şi făina. Se potriveşte de sare. Se unge tava cu unt, se pun 4 — 5 foi de plăcintă, unse între ele cu unt, apoi se mai aşază câteva foi de plăcintă unse între ele cu unt. Se stropeşte cu unt şi se dă la cuptor, la foc potrivit. Când s-a copt, se taie pătrate şi se aşează pe o farfurie. Se serveşte caldă cu smântână.

566. PLĂCINTĂ CU CARNE

400 g carne macră, 1 lingură untură, 1 ceapă, 1 ou, 1 lingură smântână, sare, piper, 2 linguri unt. Pentru aluat de plăcintă, v. 605.

Se face la fel ca plăcinta cu brânză, înlocuind brânza cu o tocătură de carne pregătită în felul următor: se taie carea bucăţi, se rumeneşte într-o cratiţă cu o lingură de untură, se pune sare şi se adaugă câte puţină apă, lăsând carnea să fiarbă înăbuşit până se frăgezeşte. În acest timp se coace la cuptor o ceapă de mărime potrivită. Se lasă carnea să se răcorească şi se trece împreună cu ceapa prin maşina de carne. Se adaugă un ou, o lingură de smântână şi se potriveşte de sare şi piper (facultativ). Se umplu foile de plăcintă şi după ce s-a copt, se taie bucăţi şi se serveşte fierbinte. La fel de gustoasă este plăcinta făcută cu carne fiartă în supă (rasol) şi dată prin maşină împreună cu o ceapă coaptă în cuptor.

567. **POALE ÎN BRÂU**

500 g făină, 10 g drojdie (o bucăţică mare cât o nucă), 2 ouă, 1 lingură unt, 1 lingură ulei, lapte sau apă, 1 linguriţă zahăr, sare. Pentru umplutură: 150 g brânză, unt proaspăt cât o nucă, 1 ou, 1 linguriţă făină, 2 linguri lapte, 1 linguriţă zahăr, sare.

Se moaie într-un castron drojdia cu puţină apă abia călduţă. Se pune un pumn de făină cernută, puţin câte puţin, amestecând până se face ca o smântână groasă. Se presară cu făină şi se lasă la cald, ca să crească. Făina rămasă se pune într-un vas mai mare, se face loc la mijloc şi se pun ouăle bătute cu puţină sare, o lingură de unt topit şi una de ulei. Se adaugă şi plămădeala crescută şi se frământă bine de tot, până ce aluatul se desprinde de pe mâini şi dă pe vas. La frământat se pune atâta lapte sau apă călduţă, încît să se obţină un aluat potrivit de moale. Pentru umplutură se frământă separat brânza

de vacă sau de oi cu untul, se adaugă ouăle, laptele, făina, zahărul şi sare cât trebuie. Se întind pe rând foi potrivit de groase, se taie pătrate de 15 cm. Se umplu cu brânză, se întorc colţurile spre mijloc, în formă de plic. Colţurile plicului se mai aduc odată către mijloc şi se lipesc bine ca să nu iasă brânza. Se ung pe deasupra cu ou bătut şi se coc în tavă, la foc potrivit. Se servesc calde.

568. PLĂCINŢELE CU CARNE

1 pahar caimac, 1 pahar făină, sare, 1 linguriţă unt. Pentru umplutură, aceleaşi cantităţi ca pentru "Colţunaşi fierţi" (v. 563).

Se face un aluat dintr-un pahar de caimac gros (smântână de pe lapte fiert), unul de făină şi puţină sare. Se întinde în lung, se unge cu o pană cu unt topit şi, se împătureşte în trei. Se acoperă cu un şervet şi se lasă 10 minute să se odihnească la rece. Se întinde foaia ceva mai groasă ca pentru tăiţei şi se taie în dreptunghiuri de 6 pe 12 cm. Se prepară carnea ca pentru colţunaşi, se pune câte o moviliţă pe jumătatea fiecărei bucăţi de aluat, se îndoaie cealaltă jumătate deasupra, astfel încât să formeze pătrate. Se strâng marginile între degete ca să se lipească. Se ung cu ou bătut şi se aşază pe o tavă. Se coc în cuptor, la foc iute.

569. PIROŞTI DIN ALUAT DOSPIT

500 g făină, 30 g drojdie, 1 lingură zahăr, lapte, 1 ou, 1 lingură unt, 1 linguriţă rasă de sare.

Se cerne într-un vas făina şi se face loc la mijloc. Separat se face o plămădeală din drojdie, o lingură de zahăr, ½ ceaşcă de lapte călduţ şi un pumn de făină. Se lasă la cald să crească. Când plămădeala a crescut, se răstoarnă în vasul cu făină, se adaugă oul, sarea, o lingură de unt sau de untură şi atâta lapte călduţ, cât să se obţină un aluat potrivit de tare. Se frământă bine până ce aluatul nu se mai lipeşte de mâini. Se lasă la cald să crească, după ce s-a presărat deasupra puţină făină. Când a crescut, se răstoarnă pe masa de aluat presărată cu făină, se împarte în două şi se întind pe rând foile groase de un deget. Se taie forme rotunde de mărimea unui pahar, se pune umplutură, se îndoaie în două, strângând bine marginile între degete, astfel încât muchia să rămână deasupra, iar cele două capete se întorc dedesubt. Se lasă să crească pe un şervet presărat cu făină şi se coc apoi la cuptor, la foc potrivit, sau se prăjesc în untură multă, foarte fierbinte. Umplutura pentru piroşti poate fi pregătită cu carne, brânză, ciuperci, piure de cartofi amestecat cu ceapă prăjită, creier etc.

570. PIROŞTI NEDOSPITE

500 g făină, 2 linguri untură, 2 ouă, 1 linguriţă rasă de sare, 25 g unt sau untură sleită.

Se cerne făina pe masa de aluat. Se pune circa 1/4 din această făină într-un vas şi se opăreşte cu două linguri de untură clocotită. Se amestecă până ce făina a cuprins toată untura. Se pune peste făina de pe masă, se adaugă ouăle, sarea şi atât lapte călduţ, cât se cere la frământat pentru a se obţine un aluat potrivit de tare. Se frământă aluatul bine, apoi se împarte în trei bucăţi şi fiecare se întinde separat, cât se poate de subţire. Se unge prima foaie cu untură sleită, se aşază deasupra a doua foaie, se unge şi aceasta, iar deasupra se pune ultima foaie. Se împătureşte în patru, se acoperă cu un şervet şi se lasă o jumătate de oră la rece. Se întinde apoi o singură foaie, se fac piroşti la fel ca mai sus şi se coc la cuptor la foc iute.

571. BRÂNZOAICE

400 g făină, 150 g untură, 1 pahar lapte, 50 g drojdie, 3 linguriţe zahăr, 1 linguriţă rasă de sare. Pentru umplutură: 200 g brânză, 1 ou, 1 lingură smântână, 1 linguriţă făinâ, sare, vanilie şi zahăr după gust.

Se cerne făina într-un vas, se face loc la mijloc şi se pune untura bine sleită, nu lichidă. Se frământă. După ce făina a cuprins toată untura, se adaugă, turnat cu încetul, laptele în care s-a muiat drojdia, zahărul şi sarea. Se frământă mai departe şi când aluatul nu se mai lipeşte de vas, se dă la o parte la rece, lăsându-l să crească încet circa trei ore. Se întinde foaia de aluat nu prea subţire se taie pătrate de 6 — 9 cm, se pune deasupra câte o linguriţă de umplutură, se aduc colţurile la mijloc în formă de plic, apăsând uşor cu degetul muiat în apă, ca să se lipească, se ung cu ou şi se dau la cuptor la foc bun. Umplutura: brânza de vacă dată prin sită se freacă cu un ou, făină, smântână, un praf de sare, vanilie şi zahăr după gust.

572. VATRUŞCHI (BRÂNZOAICE)

Pentru aluat, aceleaşi cantităţi ca la “Piroşti din aluat dospit” (v. 569). Pentru umplutură, cantităţile de mai sus (v. 571).

Se face un aluat crescut ca pentru piroşti. Între timp se pregăteşte brânza pentru umplutură din brânză de vacă frecată cu ou, smântână, zahăr, făină şi un praf de sare. Se întinde foaia de aluat, se taie forme rotunde ceva mai mari (ca o farfurioară), se pune câte o linguriţă bună de brânză şi se adună marginile aluatului în formă de pungă, lăsând brânza totuşi descoperită. Se unge cu ou, se înţeapă brânza de câteva ori cu furculiţa şi se coc la cuptor, pe o tavă unsă cu unt, la foc iute.

573. PLĂCINŢELE CU BRÂNZĂ

Pentru aluat aceleaşi cantităţi ca şi la “Plăcinţele cu carne” (v. 568). Umplutura: 100 g brânză de oi, 100 g brânză de vacă, 1 ou, 1 linguriţă făină, 1 lingură lapte, sare.

Se face aluatul şi se coc întocmai ca plăcinţelele cu carne. Pentru umplutură, se freacă brânza de oi cu brânza de vacă, un ou,

lapte, făină şi sare.

574. CLĂTITE CU CARNE

Pentru clătite, v. 631. Umplutura: 250 g carne macră, 1 lingură untură, 1 ceapă mică, 1 ou, sare, piper.

Se fac 16 — 18 clătite din două ouă, la fel cu cele pentru dulceaţă, dar fără zahăr. Se pregăteşte 1/4 kg de carne ca pentru "Plăcinta cu carne" (v. 566). Se pune în fiecare clătită o linguriţă de carne, se întorc marginile laterale înăuntru şi se face sul. Se dau prin ou amestecat cu o linguriţă de ulei şi se rumenesc în untură fierbinte. Se servesc ca garnitură la orice legumă. Pot fi umplute de asemenea cu ficat, creier fiert şi tocat, şuncă.

575. CLĂTITE CU BRÂNZĂ

Pentru clătite, v. 631. 1 ceaşcă smântână, 1 lingură brânză rasă. Umplutura: 300 g brânză, 1 lingură smântână, 1 ou, 1 linguriţă făină, sare.

Se fac 16 — 18 clătite din două ouă, fără zahăr. Separat se freacă brânza de vacă cu smântâna, un ou, făină şi sare. Cu această compoziţie se umplu clătitele, se întorc marginile înăuntru şi se rulează. Se aşază toate într-o formă rezistentă la foc, se toarnă o ceaşca de smântână îndoită cu lapte în care s-a pus puţină sare, deasupra se presară brânza rasă şi se dau la cuptor o jumătate de oră.

576. BLINI

2 pahare făină, 1 ceaşcă lapte, 30 g drojdie, 4 ouă, 1 lingură zahăr, 1 pahar făină de hrişcă, sare, 1 lingură unt sau untură.

Se cerne într-un vas făina, se opăreşte cu o ceaşcă de lapte clocotit şi se freacă până ce devine ca o cremă. Se lasă să se răcorească cât suferă degetul. Se adaugă drojdia muiată cu o lingură de lapte călduţ şi se lasă la cald să crească. Între timp se freacă gălbenuşurile cu zahărul până se albesc, se amestecă cu plămădeala, se mai adaugă un pahar de făină de hrişcă, albuşurile bătute spumă, o jumătate linguriţă de sare şi, dacă este necesar, încă puţin lapte cald (coca pentru blini trebuie să fie ceva mai groasă decât coca pentru clătite). Se lasă din nou la o parte să crească. Se încinge unt sau untură într-o tigaie şi se toarnă cu lingura din compoziţie, procedându-se ca la clătite. Se aşază unele peste altele şi se servesc la masă calde, cu unt topit, smântână, ouă răscoapte tocate, icre, sardele etc.

577. PAPANAŞI FIERŢI

250 g brânză de vacă, 2 ouă, 3 linguri griş, sare, 2 linguri unt, 1 lingură făină, 1 lingură pesmet.

Se freacă într-un castron brânza de vacă cu ouăle, grişul şi sarea. Se amestecă bine până se obţine o compoziţie potrivit de tare. Se ia cu lingura din ea, se fac cu mâna muiată în făină mici găluşte

rotunde, se turtesc puţin între mâini şi cu degetul se face la fiecare o adâncitură la mijloc. Se pune la fiert o cratiţă cu apă şi puţină sare. Când apa dă în clocot, se pun papanaşii şi se ţin până se ridică cu toţi deasupra. Se trage cratiţa la o parte şi se mai lasă să fiarbă circa 10 minute la foc foarte mic (dacă fierb în clocote mari, papanaşii se terciuiesc). Se scurg, se opăresc cu unt şi se presară deasupra pesmet prăjit. Se servesc foarte fierbinţi cu smântână.

578. PAPANAŞI PRĂJIŢI

300 g brânză de vacă, 2 ouă, 3 linguri făină sau 2 linguri făină şi 1 lingură griş, sare, 2 linguri untură.

Se freacă într-o cratiţă brânza de vacă cu gălbenuşurile, făină, sare şi la urmă se adaugă albuşurile spumă. Compoziţia nu trebuie să fie prea tare. Se ia cu lingura din compoziţie şi se fac cu mâna muiată în făină papanaşi potriviţi de mari, care se prăjesc în unt sau în untură fierbinte, pe ambele părţi. Se servesc, îndată ce sunt gata, cu smântână sau cu zahăr pudră.

579. VĂRZĂRI

1/2 ceaşcă ulei, 1/2 ceaşcă apă, sare, făină. Umplutura: 1 varză mică, murată, 2 linguri ulei, piper.

Se face un aluat din jumătate ceaşcă de ulei, jumătate ceaşcă de apă, sare şi făină cât cuprinde. Aluatul trebuie să fie potrivit de moale. Se frământă bine şi se lasă să se odihnească un sfert de oră, acoperit cu un şervet. Din timp se taie mărunt varza murată, se scurge bine de zeamă şi se prăjeşte uşor cu două linguri de ulei (nu se rumeneşte). Se adaugă un vârf de cuţit de piper. Din aluat se întind două foi ca de tăiţei. Se taie pătrate, se umplu cu varză, se întorc colţurile spre mijloc, în formă de plic. Colţurile plicului se mai aduc odată spre mijloc şi se lipesc bine, ca să nu iasă varza. Se coc în tavă la foc potrivit. Se pot face şi cu varză dulce, care trebuie opărită mai înainte cu borş.

580. BOGACI

500 g făină, ¼ l lapte, 15 g drojdie, 1 lingură zahăr, 2 ouă, 60 g unt sau untură, 250 g jumări, 1 linguriţă rasă sare, piper şi puţin chimen.

Se cerne făina pe masa de aluat, se face loc la mijloc şi se toarnă laptele în care s-au muiat drojdia şi o lingură de zahăr. Se adaugă ouăle, 60 g unt sau untură, sare şi piper. Se frământă. Din timp se pregătesc pe o farfurie jumări rămase de la topitul unturii, date prin maşină. Se întinde aluatul într-o foaie groasă de un deget, se întind deasupra jumările într-un strat cât mai egal, se împătureşte în patru şi se dă 10 minute la rece. Se repetă această operaţie încă de trei ori, la intervale de 10 minute, după care se întinde o foaie groasă de circa 2 cm. Se taie forme rotunde de mărimea unui pahar de vin, se ung deasupra cu ou, se presară câteva boabe de chimen şi se coc la

foc bun.
Din rămăşiţele de aluat se mai întinde o foaie, se taie bastonaşe de lăţimea unui creion, se presară chimen sau parmezan ras şi se coc la cuptor. Se obţin sărăţele delicioase.

581. PATEURI CU CARNE

Pentru aluat franţuzesc, v. 611. Umplutura: 250 g carne macră, 1 ceapă mică, 1 lingură untură, 1 ou, sare, piper.

Se face un aluat franţuzesc din care se întinde o foaie potrivit de subţire. Între timp se pregăteşte carnea aşa cum s-a arătat la "Plăcinta cu carne" (v. 566). Din foaia întinsă se taie rondele cu o formă mică de tablă (cât gura unui pahar de vin). Jumătate din numărul lor se aşază pe tava în care se vor coace. Se umezesc uşor cu o pensulă, cu apă. La celelalte se taie mijlocul cu o formă ceva mai mică (cât gura unui păhărel de ţuică). Fiecare cerc exterior se aşază peste o rondelă din tavă, cu atenţie să se potrivească bine marginea. Se pune la mijloc puţină carne, iar deasupra se aşază rondul tăiat cu forma cea mai mică. Se ung cu ou bătut şi se coc în cuptor bine încins.

582. PATEURI CU BRÂNZĂ

Pentru aluat franţuzesc, v. 611. Umplutura: 150 g brânză de vacă, unt proaspăt cât o nucă, 2 linguri lapte, 1 ou, 1 linguriţă făină, sare.

Se fac la fel ca pateurile cu carne. Umplutura de brânză se face ca la "Poale în brâu" (v. 567).

ALUATURI ŞI DULCIURI DE CASĂ

583. COZONACI

1 kg făină, 7 gălbenuşuri, 4 albuşuri, 300 g zahăr, 250 g unt, 2 linguri ulei, lapte cât se cere (circa 1/2 litru), 1 lingură rom, vanilie. 50 g drojdie, 1 linguriţă rasă de sare.

Se moaie drojdia cu puţin lapte călduţ (nu trebuie să fie fierbinte deoarece drojdia se opăreşte şi nu mai creşte aluatul) şi o bucăţică de zahăr. Se opăresc într-o oală mică 3—4 Iinguri de făină cu puţin lapte clocotit, amestecând bine să nu se facă cocoloşi. Când s-a răcorit maiaua atât cât suferă degetul introdus în ea, se amestecă cu drojdia şi apoi se bate bine până se fac băşici mari. Se presară puţină făină, se acoperă cu un şervet şi se pune la un loc cald să crească. în acest timp, se freacă gălbenuşurile, întâi cu sare, ca să-se închidă la culoare, apoi cu zahărul pisat sau dacă este tos, cernut printr-o sită fină şi turnat câte puţin peste gălbenuşuri. Se freacă bine până ce se fac ca o cremă spumoasă. Când plămădeala a crescut destul, se toarnă peste restul de făină cernută într-o covată şi ţinută la cald, se amestecă adăugând gălbenuşurile, puţin lapte călduţ şi albuşurile bătute spumă. Se frământă cel puţin o jumătate de oră, aducând

aluatul de pe margini spre mijloc. Se pune uleiul, romul, puţin câte puţin, untul topit, cald, iar dacă aluatul pare prea tare, se mai adaugă puţin lapte călduţ. Se adună aluatul în covată, se acoperă cu o faţă de masă, se aşază la cald, departe de uşă sau de fereastră, şi se lasă să crească circa două trei, ore. Când a crescut destul, se unge mâna cu unt, se iau bucăţi din el, se împletesc pe masa de aluat presărată cu făină şi se pun în forme unse cu unt. Aluatul nu trebuie să ajungă la jumătatea formei. Se mai lasă să crească tot la cald, se unge cu ou, se presară cu zahăr grunzos şi cu nuci sau stafide. Se pun la copt (v. pâine 822) la foc potrivit şi se ţin circa o oră. Când sunt gata, se scot din forme şi se lasă să se răcorească, nu însă la loc rece şi nici în curent. La frământat se pot adăuga şi stafide fără sâmburi, după ce au fost alese, spălate şi şterse într-un şervet.

584. COZONACI ECONOMICI

1 kg făină, 3 ouă, 259 g zahăr, 100 g untură, 3 linguri ulei, lapte cât se cere (circa 1/2 litru), 1 lingură rom, vanilie, 50 g drojdie, 1 linguriţă rasă sare.

Aluatul se frământă şi se lucrează la fel ca mai sus.

585. COZONAC CU SMÂNTÂNĂ

400 g aluat de cozonac (pentru un cozonac **mij**lociu), 1/2 lingură unt pentru uns tava. Umplutura: 750 g smântână, 2 linguri făină, 5 gălbenuşuri, 3 albuşuri, 150 g zahăr, 1 lingură rom, vanilie, coajă de lămâie, un praf de sare.

Din aluatul de cozonac se întinde o foaie groasă de circa 0,5 cm şi de mărimea tăvii în care se coace. Se unge tava cu unt, se aşază foaia de aluat pe fund. Din alte două bucăţi se fac pe masa de aluat suluri de grosimea creionului, se împletesc şi se aşază de jur împrejur, lipite de marginea tăvii, apăsând capetele, ca să se unească între ele. Se lasă să crească. Se pregăteşte dinainte umplutura din smântână, făină, 5 gălbenuşuri, 3 albuşuri spumă, o lingură de rom, zahăr, un praf de sare, jumătate baton de vanilie şi puţină coajă de lămâie rasă. Se freacă gălbenuşurile cu zahărul şi făina, se adaugă albuşurile, smântâna şi celelalte, şi se toarnă în formă, să nu treacă însă peste marginea de aluat. Se unge marginea cu ou, se presară stafide şi se dă la cuptor. Când este gata, se scoate din formă după ce s-a răcit.

586. COZONAC CU BRÎNZA DE VACĂ

400 g aluat de cozonac. Umplutura: 500 g brânză de vacă, 3 ouă, 100 g zahăr, 50 g unt proaspăt, 40 g făină, 1 ceaşcă lapte, vanilie, coajă de lămâie, 25 g stafide, 1/2 linguriţă sare.

Se aşază aluatul ca pentru cozonacul cu smântână şi se lasă să crească. Se freacă împreună brânza cu untul şi zahărul. Se adaugă ouăle pe rând, sare, apoi făina şi laptele. La urmă se pune vanilia,

coaja de lămâie şi stafidele alese şi spălate. Se toarnă în formă. Se ung cu ou atât aluatul, cât şi brânza. Se coace la fel cu cozonacul cu smântână.

587. COZONAC CU BRÂNZĂ DE OI
400 g aluat de cozonac. Umplutura: 500 g brânză de oi, 3 ouă, 1 lingură smântână, 1 lingură făină, sare.

Se face la fel cu cozonacul cu brânză de vacă.

588. COZONAC CU BRÂNZĂ ZBURATĂ
400 g aluat de cozonac. Umplutura: 4 l lapte curat, 100 g unt proaspăt, 100 g zahăr vanilat, 2 linguri făină, 4 albuşuri spumă, coajă de lămâie, un praf de sare.

Prepararea umpluturii: Se pune dinainte la prins într-o oală de pământ doi litri de lapte. Când este bine prins se toarnă cu smântână cu tot într-o oală cu doi litri de lapte care clocoteşte. Laptele se brânzeşte. Se toarnă în strecurătoarea de brânză şi se lasă o oră să se scurgă, apoi se presează o jumătate de oră sub un fund, cu o greutate deasupra. Se obţine o brânză dulce care se trece prin sită. La această brânză se adaugă untul proaspăt, frecat până se face ca o cremă, zahărul vanilat (umplutura trebuie să fie dulce), făina şi albuşurile spumă. Compoziţia trebuie să aibă consistenţa unei smântâni groase. Se îmbracă forma
cu aluat de cozonac, aşa cum s-a arătat mai sus, se întinde umplutura într-un strat mai gros, de 2 — 3 degete. Deasupra se aşază un grilaj făcut din şuviţe subţiri de aluat, se unge cu albuş, iar golurile grilajului se umplu cu migdale curăţite şi tăiate în lung. Se coace o oră la cuptor, la foc potrivit.

589. COZONAC CU OREZ
400 g aluat de cozonac. Umplutura: 4 ceşti lapte, 1 ceaşcă orez, 4 linguri zahăr, 3 ouă, vanilie sau vanilină, 25 g stafide, un praf de sare.

Se pregăteşte la fel cu cozonacul cu smântână. Pentru umplutură se fierbe orezul cu lapte şi cu zahăr. Se lasă să se răcorească, se pun ouăle, un praf de sare, jumătate baton de vanilie şi stafide.

590. COZONAC CU GRIŞ
400 g aluat de cozonac. Umplutura: 4 ceşti lapte, 1/2 ceaşcă griş, 4 linguri zahăr, 3 ouă, vanilie sau vanilină, 25 g stafide, un praf de sare.

Se fierbe grişul cu lapte, zahăr şi vanilie, astfel încât să se obţină un pilaf mai mult moale. După ce s-a răcorit, se pun ouăle şi stafidele. Se pregăteşte la fel cu cozonacul cu smântână.

591. COZONAC CU CIOCOLATĂ

400 g aluat de cozonac. Umplutura: 6 ouă, 150 g zahăr, vanilie sau vanilină, 50 g cacao, 3 linguri lapte.

Se aşază aluatul în tavă, la fel ca la cozonacul cu smântână. Umplutura se face în felul următor: se freacă bine gălbenuşurile cu zahărul pisat cu o bucăţică de vanilie sau cu vanilină, până se face ca o cremă. Se adaugă 50 g de cacao muiată cu două linguri de lapte. Se amestecă totul bine şi la urmă se pun cele 6 albuşuri bătute spumă. Se toarnă umplutura peste aluatul din tavă, se presară deasupra migdale curăţite şi tăiate în lung, se coace circa 3/4 de oră.

*** ALT FEL DE COZONAC CU CIOCOLATĂ 400 g aluat de cozonac. Umplutura: 1 lingură unt, 2 linguri făină, 1 ceaşcă lapte, 3 gălbenuşuri, 50 g cacao, 3 linguri lapte, 1/2 ceaşcă smântână, 100 g zahăr, vanilie.**

Se face un sos alb potrivit de gros, dintr-o lingură de unt şi două linguri de făină, stins cu o ceaşcă de lapte vanilat. După ce s-a mai răcorit, se adaugă gălbenuşurile, cacao muiată cu trei linguri de lapte, smântâna şi zahărul. Se amestecă totul bine şi se toarnă compoziţia în forma îmbrăcată în aluat de cozonac. Se coace la foc potrivit circa o oră.

592. COZONAC CU NUCĂ

600 g făină, 1 ceaşcă lapte, 2 ouă întregi, 2 gălbenuşuri, 1/2, linguriţă sare, 140 g unt proaspăt, 2 linguri zahăr, 20 g drojdie, vanilie. Umplutura: 500 g nuci măcinate, 350 g zahăr pisat, un praf de sare, 1/2 ceaşcă lapte.

Se moaie drojdia cu o linguriţă de zahăr şi puţin lapte călduţ. Se freacă untul spumă cu două linguri de zahăr. Se cerne în covată făina, se face loc la mijloc şi se toarnă plămădeală, o ceaşcă de lapte, două ouă întregi şi două gălbenuşuri frecate cu 1/2 linguriţă de sare; se frământă, adăugând şi untul frecat spumă, până face aluatul băşici şi se desprinde de pe mână. Coca trebuie să fie ceva mai tare decât la cozonacul obişnuit. Se lasă să crească. Umplutura: se amestecă nucile trecute prin maşină cu zahărul pisat şi cu un vârf de linguriţă de sare. Se opăreşte cu 1/2 ceaşcă de lapte clocotit şi se freacă până se face pasta potrivit de consistentă (dacă este necesar, se mai adaugă lapte, dar cu grijă, deoarece pasta devine uşor prea moale). Aluatul crescut se desparte în două, se întinde prima foaie pe masa presărată cu făină, deasupra se întinde jumătate din nucă, într-un strat cât mai egal, se rulează şi se pune în formă de tablă, unsă cu unt. Acelaşi lucru se repetă cu a doua bucată de aluat. Se ung cu ou şi se dau imediat la cuptor, fără să se lase aluatul în formă să crească, deoarece se fac goluri între nucă şi aluat. Se coace la foc potrivit.

593. CORNURI CU NUCĂ

Aceleaşi cantităţi ca pentru “Cozonac cu nucă”.

Atât aluatul, cât şi nuca se pregătesc la fel ca mai sus. Se întinde pe masa de aluat o foaie groasă de un deget; se taie în formă de triunghi mai lunguieţ, de mărimea dorită. Se întinde nuca pe foaie şi se face sul, întorcându-l de la bază spre vârf. Capetele se aduc puţin spre mijloc, în formă de corn. Se ung cu ou, se presară zahăr, se pun deasupra jumătăţi de nucă, se coc la foc potrivit.

594. COZONAC CU MAC

Umplutura: 200 g mac, 200 g zahăr, 3*/4* l lapte, 2 linguri pesmet, 100 g unt, vanilie sau vanilină.

Se spală macul cu apă rece, se pune apoi într-o cratiţă şi se toarnă peste el apă clocotită. Se ţine astfel câteva ceasuri. Se scurge de apă şi se pisează bine, de preferinţă într-o piuliţă de piatră, punând câte puţin mac odată. Se fierbe apoi cu lapte, pesmet, zahăr şi vanilie, amestecând mereu, până se face o pastă destul de groasă. Se adaugă untul. Se lasă să se răcească. Se amestecă, după dorinţă, cu stafide sau cu coajă rasă de lămâie. Cu această umplutură se fac cozonaci la fel cu cei cu nucă.

595. CORNURI CU MAC

Se pregăteşte macul ca la 594, se umplu apoi ca şi cornurile cu nucă.

596. COVRIGEI DE COZONAC (POLONEZI)

500 g aluat **de** cozonac, 125 g unt proaspăt. Pentru sirop: 250 g zahăr, ½ l apă, 1 lingură glucoză, puţin rom (după dorinţă).

Se cântăresc 500 g aluat de cozonac. Se întinde cu sucitorul o foaie cât mai pătrată, groasă de un deget. Se pune la mijloc o bucată de unt proaspăt (nu trebuie să fie de la gheaţă, dar nici prea moale). Se împachetează la fel ca la aluatul franţuzesc (v. 611). Se întinde o foaie, de trei ori mai lungă decât lată, se împătureşte în trei. Se lasă 1/4 de oră să se odihnească la rece. Se repetă încă odată operaţia de mai sus, împăturind de data aceasta aluatul în patru. Se întinde din nou foaia groasă de 3 — 4 cm. Se taie fâşii de circa 30 cm lungime şi 2 cm lăţime, se răsuceşte fâşia uşor pe masă şi se împleteşte în formă de covrig. Se aşază covrigii pe tava neunsă şi se coc la foc bun. Se lasă să se răcească. În acest timp se face un sirop de zahăr, apă şi o lingură de glucoză (p. 21). Se introduc pe rând covrigii în siropul fierbinte şi se aşază pe farfurie, unii peste alţii.

597. MELCI DE COZONAC

500 g făină, 1 ceaşcă lapte, 10 g drojdie, 3 ouă, 120 g unt, 100 g zahăr, vanilie sau vanilină, 1 lingură rom, 1/2 linguriţă sare. Umplutura: aceleaşi cantităţi ca la "Cozonac cu nucă" (v. 592). Pentru sirop: 250 g zahăr, 1/2 l apă, 1 lingură glucoză, vanilie sau vanilină.

Se frământă aluatul la fel ca la cozonac (v. 583). Se lasă să crească. Se desparte în două, se întinde pe fund câte o foaie dreptunghiulară, se unge cu ou bătut şi deasupra se întinde jumătate din umplutura de nucă, într-un strat cât mai egal. Se face sul, care se taie în bucăţi de 3 cm lungime. Se aşază bucăţile în tavă pe una din feţe. Se lasă să crească la cald, se ung cu albuş şi se coc la foc bun. Cum se scot din cuptor se introduc pe rând în sirop fierbinte.

598. TRANDAFIR

400 g făină, 30 g drojdie, 2 ouă întregi, 1 gălbenuş, 1 pahar de lapte, 2 linguriţe zahăr, 1/2 linguriţă sare, 1 lingură rom, vanilie sau vanilină. Pentru cremă: 125 g unt, 100 g zahăr pudră.

Se cerne făina într-o covată şi se face loc la mijloc. Se-parat se freacă drojdia cu două linguriţe de zahăr şi puţin lapte până se face ca o cremă. Se toarnă peste făină, se adaugă două ouă întregi şi un gălbenuş, frecat cu sare, laptele cald, o lingură de rom şi vanilie. Se frământă bine până se face băşici. Aluatul trebuie să fie potrivit de moale. Se lasă la cald să crească. Se freacă untul proaspăt cu zahărul pisat până se face spumă. Când aluatul a crescut, se răstoarnă pe masa de aluat presărată cu făină, se întinde o foaie groasă de 1 cm, iar deasupra se întinde crema de unt într-un strat cât mai uniform. Se rulează sul şi se taie în bucăţi de 3 — 4 cm, care se aşază pe una din feţe, într-o formă rotundă, unsă cu unt (nu se aşază bucăţile prea îndesate ca să aibă loc să crească). Se lasă să crească, se ung cu albuş şi se coc la foc potrivit. Când sunt gata se presară cu zahăr pudră.

599. GOGOŞI CU DULCEAŢĂ (CRAFLE)

500 g făină, 50 g zahăr, 50 g unt, 4 gălbenuşuri, 25 g drojdie, 1/2 linguriţă sare, vanilie sau vanilină, lapte cât se cere.

Se moaie drojdia cu puţin lapte cald şi se amestecă cu 2 — 3 linguri de făină, astfel încât să se obţină o cocă groasă ca o smântână. Se lasă la cald să dospească. Separat, în vasul în care se frământă aluatul, se freacă gălbenuşurile cu sarea, apoi cu zahărul. Se pune plămădeala şi se frământă, adăugând alternativ făină şi lapte călduţ, până ce este cuprinsă toată făina. Coca trebuie să fie moale, însă nefrământată (lapte se pune cât cere făina). Când se desprinde aluatul de pe mână, se adaugă untul topit cald, câte puţin, frământând până ce aluatul face băşici. Se lasă să crească la cald. Când aluatul a crescut, se frământă din nou, ca să dea înapoi, şi se răstoarnă pe masa de aluat presărată cu făină. Se împarte în două şi se întinde o foaie groasa de 1 cm. Se înseamnă pe jumătate din foaie, cu o formă de tablă, ronduri de circa 6 cm diametru (fără să se taie) şi pe fiecare rond se pune câte un bob de vişină din dulceaţă (boabele de vişine se ţin câteva minute pe maşină, într-o tăviţă, ca să se scurgă zeama din ele) sau puţină marmeladă cu un cornet. Din cealaltâ jumătate de foaie se taie, cu aceeaşi formă, rondele care se aşază peste dulceaţă sau marmeladă şi se apasă împrejur cu degetul ca să se lipească (să nu aibă făină între ele). Când sunt acoperite toate, se taie din nou cu aceeaşi formă, pătrunzând complet aluatul. Se aşază gogoşile pe un şervet presărat cu făină, se acoperă cu alt şervet şi se lasă la cald să crească. Se întinde apoi a doua bucată de aluat şi se fac gogoşile la fel. Se încinge untura, într-o cratiţă încăpătoare. Se pun gogoşile pe rând în untură fierbinte, cu faţa în jos. Se întorc cu o sârmă rotundă, să se prăjească frumos şi pe cealaltă parte. Se scot pe un grătar de sârmă, ca să se scurgă untura. Se presară zahăr vanilat. Gogoşile sunt reuşite când sunt rumene-aurii, cu margine albă împrejur. Untura trebuie să fie potrivit de încinsă; dacă este rece se îngreunează gogoşile, dacă este prea fierbinte, se prăjesc prea repede şi rămân crude înăuntru.

600. CORNURI DIN ALUAT DE COZONAC
500 g făină, 25 g drojdie, 2 gălbenuşuri, 3 linguri ulei, 100 g unt proaspăt, 3 linguri zahăr, 1 lingură rom, vanilie sau zahăr vanilat, 1/2 linguriţă sare şi lapte cât se cere (circa 4 dl).

Se freacă drojdia cu o lingură de lapte călduţ. Se cerne în covată făina, se face loc la mijloc, se pune drojdia, gălbenuşurile, uleiul, zahărul, o linguriţă de rom, sare, vanilie şi lapte călduţ (se adaugă cu încetul pentru a nu se obţine un aluat prea moale). Se amestecă întâi cu lingura, apoi cu mâna, turnând câte puţin lapte, dacă mai este necesar şi la urmă untul proaspăt, topit, fierbinte cât poate suferi degetul, turnat puţin câte puţin, în timp ce se frământă aluatul mai departe. Se lasă la cald să crească. Când aluatul a crescut, se răstoarnă pe masa de aluat presărată cu făină, se împarte în trei părţi egale, se ia pe rând fiecare bucată, se întinde într-o foaie rotundă (cam cât o farfurie mare de masă) care se taie în raze, în opt bucăţi. Fiecare bucată se răsuceşte în formă de corn, din afară spre

mijloc. Se lasă să crească, se ung cu ou şi se coc la foc iute. Se pot face la fel umplute cu nucă, cu mac, cu magiun sau cu brânză.

601. RULADĂ DE COZONAC
300 g făină, 20 g drojdie, 2 ouă, 1/2 ceaşcă lapte, 1 lingură unt proaspăt, 1 lingură ulei, 2 linguri zahăr vanilat, 1 lingură rom, 1/2 linguriţă sare.

Se cerne făina într-un castron mare şi se face loc la mijloc. Separat se freacă drojdia cu două linguriţe de zahăr şi puţin lapte, până se face ca o cremă. Se toarnă plămădeala în castronul cu făină, se adaugă ouăle, laptele, o lingură de unt proaspăt şi una de ulei, două linguri de zahăr vanilat, o lingură de rom şi sare. Se frământă până ce aluatul face băşici şi se desprinde de pe mână. Aluatul trebuie să fie potrivit de moale. Se lasă la cald să crească, Pe masa de aluat presărată cu făină se întinde o foaie dreptunghiulară, deasupra se întinde marmeladă, se rulează şi se unge cu ou. Se coace la foc potrivit. Marmelada poate fi înlocuită cu nucă (v. 592) sau cu mac (v. 594).

602. CORNURI DIN ALUAT DOSPIT
500 g făină, 250 g untură, 1 ou, 25 g drojdie, 3 linguriţe zahăr, 1 linguriţă rasă de sare, rom, vanilie şi lapte cât se cere.

Se cerne făina într-un vas, se face loc la mijloc, se pune untura rece, bine sleită, nu lichidă, oul, drojdia muiată cu zahăr, sare, rom şi puţin lapte. Se frământă bine, se lasă să crească. Se împarte aluatul în cinci bucăţi, care se întind cât mai rotund. Se împarte fiecare bucată în raze, în opt bucăţi şi se fac cornuri care se umplu cu nucă, marmeladă, brânză. Se lasă să crească, se ung cu ou şi se coc la foc bun.

603. CORNURI DOSPITE, FĂRĂ OU
500 g făină, 1 pahar lapte, 1 păhărel de vin cu ulei, 30 g drojdie, 2 linguri zahăr, 1 linguriţă rasă de sare, rom, vanilie, marnieladă.

Se cerne făina într-un vas, se face loc la mijloc, se toarnă laptele, uleiul, drojdia muiată mai înainte în puţin lapte, zahărul, sarea, rom, vanilie. Se frământă aluatul bine, se lasă să crească. Se împarte în cinci bucăţi şi fiecare bucată se întinde într-o foaie rotundă, cât mai mare, care la rândul ei se împarte în raze, în opt bucăţi, formând opt triunghiuri. Se pune pe fiecare puţină marmeladă şi se rulează cornul, de la bază spre vârf. Se lasă puţin să crească, se ung cu ou şi se coc la foc iute. În loc de marmeladă se pot umple cu nuci sau cu mac.

604. ALUAT DE TĂIŢEI
300 g făină, 2 ouă, 2 linguri apă, sare.

Se cerne făina pe masa de aluat. Se face loc la mijloc, se sparg

ouăle adăugând şi două coji cu apă (două jumătăţi) şi un vârf de linguriţă de sare. Se amestecă întâi ouăle cu o linguriţă, până cuprind puţină făină, se lucrează apoi cu mâna şi se frământă bine aluatul, până devine destul de îndesat, mai adăugând făină dacă se cere. Se împarte aluatul în două: jumătate se lasă la o parte acoperit cu o cratiţă, ca să nu se usuce, iar din cealaltă jumătate se întinde cu vergeaua o foaie cât se poate de subţire. Se aşază pe un şervet şi se lasă să se zbicească. În acest timp se întinde a doua foaie. Când sunt potrivit de uscate, se face din fiecare foaie un sul, care se taie cât se poate de subţire. Se împrăştie tăiţeii pe masa de aluat sau pe un şervet întins şi se lasă până se usucă bine. Tăiţeii bine uscaţi se pot păstra mai mult timp într-un sac de pânză, la loc uscat. În acelaşi fel se face şi aluatul pentru cocă.

605. ALUAT DE PLĂCINTĂ
500 g făină, 3 linguri ulei, 1 linguriţă sare, 1 ceaşcă apă caldă.

Se cerne făina pe masa de aluat. Se face loc la mijloc, se pune uleiul, sarea şi o ceaşcă de apă caldă. Se amestecă întâi cu lingura, iar când începe aluatul să se prindă, se frământă cu mâna. Se face un aluat potrivit, mai mult moale, adăugând câte puţină apă caldă dacă mai trebuie. După ce a fost bine frământat şi bătut de masă, se lasă 10 minute la un loc cald (dar nu umed), acoperit cu un şervet tot cald (sau cu o cratiţă încălzită). Se întinde apoi o foaie cu vergeaua, se acoperă cu un şervet şi se lasă să stea un sfert de oră. Pe masa de bucătărie se pune o faţâ de masă curată, se presară făină, se pune foaia de aluat deasupra şi cu multă răbdare se întinde de jur împrejur cu grijă să nu se rupă, până ce marginile aluatului trec de marginea mesei, iar foaia s-a făcut subţire ca o foiţă de ţigară. Marginea rămasă groasă împrejur se rupe, iar restul se lasă să se usuce câteva minute, apoi i se dă întrebuinţarea dorită.

606. ALUAT DE TARTE
250 g făină, 125 g unt proaspăt, 1 linguriţă zahăr, 2 dl apă, sare.

Se cerne făina pe masa de aluat. Se face loc la mijloc, se pune untul proaspăt, muiat puţin cu mâna, zahărul, un praf de sare şi circa 2 dl de apă (această cantitate variază puţin după calitatea făinii). Se frământă repede ca să nu devină aluatul elastic. Se adună la un loc, se acoperă cu un şervet şi se ţine două ore la rece. Poate fi lăsat fără grijă până a doua zi. Se întrebuinţează la tarte sau ca fund pentru tort cu cremă de vanilie etc. La acelaşi aluat se pot adăuga şi trei gălbenuşun.

607. ALUAT DE FRIGĂNELE
200 g făină, 2 linguri ulei, 3 dl apă caldă, 2 albuşuri, drojdie cât o alună, sare.

Se încălzeşte un castron în care se pune făina cernută. Se face

loc la mijloc, se adaugă uleiul, un vârf de linguriţă de sare, apă caldă (nu fierbinte) şi o bucăţică de drojdie de bere cât o alună. Se freacă drojdia cu puţină apă, apoi se amestecă totul la un loc, astfel încât să se obţină un aluat subţire ca o smântână (cantitatea de apă depinde de calitatea făinii, uneori fiind mai mare, alteori mai mică decât 3 dl). Aluatul nu trebuie amestecat prea mult. Se adună în castron, se acoperă cu o farfurie şi se lasă să crească la cald. Înainte de a-l întrebuinţa se adaugă două albuşuri spumă. Acest aluat serveşte la prăjit peşte, brânză, mere etc.

608. ALUAT CU CAIMAC

1 ceaşcă caimac, 1 ceaşcă făină, unt proaspăt cât o nucă, sare.

Se face un aluat dintr-o ceaşcă de caimac (smântâna de pe lapte fiert), o ceaşcă de făină, unt proaspăt cât o nucă şi un praf de sare. Se acoperă, se lasă 10 minute să se odihnească şi se întrebuinţează la plăcinte cu vişine, cu prune, cu carne etc. Aluatul este mai fraged dacă este făcut din ajun şi păstrat la rece până a doua zi. De asemenea nu trebuie frământat prea mult, deoarece devine elastic şi nu creşte la copt.

609. ALUAT CU BRÂNZĂ

Se frământă un aluat din brânză de vacă, făină şi unt proaspăt în cantităţi egale. Se adaugă un praf de sare. Acest aluat poate servi la plăcinte, tarte etc.

610. ALUAT CU ULEI

Se face un aluat potrivit de moale din jumătate de ceaşcă ulei, jumătate ceaşcă apă, un praf de sare şi făină cât cere. Se întrebuinţează la vărzări, plăcinte etc.

611. ALUAT FRANŢUZESC

500 g făină, 1 pahar apă, 1 linguriţă ulei, 1 linguriţă rasă de sare, 500 g unt proaspăt.

Condiţiile necesare pentru obţinerea unui aluat franţuzesc reuşit sunt:

1. Făina să fie de calitate bună, bine cernută şi uscată. 2. Untul să fie foarte proaspăt, fără zer şi fără miros neplăcut. 3. Aluatul să fie lucrat la rece. Se iau totdeauna cantităţi egale de făină şi unt.

Se cerne făina pe masa de aluat, se face la mijloc o gaură în care se toarnă un pahar bun de apă, o linguriţă de ulei şi sare. Se amestecă întâi cu o mână, până ce sarea s-a topit, apoi se ia câte puţin din făină ca să nu se facă cocoloşi, şi se framântă bine. Se lucrează destul de repede; când aluatul este gata, dar mai mult moale, se adună la un loc în formă de minge şi se lasă la rece circa 20 de minute, pentru a pierde din elasticitatea pe care o capătă în timpul frământatului. În acest scop se lasă aluatul descoperit, iar deasupra se fac câteva crestături cu cuţitul. Aluatul este bine lucrat atunci când apăsând cu un deget, urma nu revine la loc. Consistenţa lui trebuie să fie la fel cu a untului cu care va fi amestecat. Pe masa de aluat bine curăţită se presară puţină făină. Se pune aluatul şi cu vergeaua se întinde o foaie groasă de 1 cm, de preferinţă pătrată. Se turteşte untul într-un şervet, astfel încât să se obţină un pătrat mai mic decât foaia de aluat, dar de grosime egală. Se pune la mijlocul aluatului, întorcându-se marginile în formă de plic. Se acoperă şi se lasă să se odihnească la rece, 10 minute. Se presară făină pe masă, şi, cu ajutorul vergelei, se întinde o foaie de trei ori mai lungă decât lată, de grosime cât mai uniformă. Se observă ca untul să nu iasă din aluat, iar dacă aceasta se întîmplă, se presară puţină făină. Foaia întinsă în lungime se împătureşte în trei, astfel încât treimea din dreapta să vină peste cea din stânga. Operaţia se repetă apoi ţinând seama ca de fiecare dată, aluatul, după ce a fost împăturit, să fie întins în sens contrar de cum a fost rândul precedent. Se acoperă şi din nou se lasă 10 minute la rece. Se repetă operaţia întinsului şi a împăturitului încă de patru ori, lăsând aluatul să se odihnească 10 minute, la fiecare două rânduri. Înainte de a fi întrebuinţat, se mai ţine 10 minute la rece.

612. ALUAT DE UNT

200 g făină, 125 g unt, 1 dl apă, un vârf de linguriţă sare.

Se cerne făina într-un castron, se pune untul şi se amestecă, dar nu se frământă. Se toarnă apa în care s-a dizolvat sarea, se amestecă

totul repede cu mâna fără să căutăm a obţine un amestec desăvârşit. Se dă la rece să se odihnească 20 de minute. Se întinde foaia şi se întrebuinţează la fel ca aluatul franţuzesc.

613. ALUAT DE UNT ŞI SMÂNTÂNĂ
160 g făină, 125 g smântână, 149 g unt proaspăt, sare.

Se ceme făina pe masa de aluat. Se pune la mijloc smântâna, untul proaspăt muiat puţin cu mâna şi un vârf de cuţit de sare. Se amestecă totul repede împreună, se adună ca o minge, se acoperă cu un şervet şi se lasă câteva ore la rece. Înainte de a-l întrebuinţa se împătureşte odată ca aluatul franţuzesc.

Este un aluat uşor de făcut şi foarte asemănător cu aluatul franţuzesc, când este reuşit.

614. ŞTRUDEL CU BRÂNZĂ DE VACĂ
Pentru foaia de plăcintă, v. 605. Pentru umplutură, aceleaşi cantităţi ca la "Plăcintă cu brânză" (v. 565) în plus 75 g zahăr, 25 g stafide, 2 linguri unt.

Se întinde o foaie de plăcintă (v. 605). Se lasă câteva minute să se zbicească. Se freacă brânza de vacă cu untul, se pun ouăle, laptele, făina, zahărul, câteva stafide fără sâmburi, alese şi spălate şi un praf de sare. Se amestecă totul bine şi se pune cu lingura pe foaia bine unsă cu unt. Se întinde cu cuţitul, astfel încât stratul să fie de grosime egală. Se întorc pe masă părţile care atârnă în jos, ridicându-le cu marginea feţei de masă şi se stropesc cu unt. Se face un sul, cu ajutorul feţei de masă, care se ridică dinspre partea lungă a mesei. Se taie sulul în bucăţi de lungimea tăvii, astfel încât să încapă două sau trei bucăţi în tavă. Se unge tava cu unt, se aşază plăcinta, se stropeşte deasupra cu unt şi se coace la foc potrivit. Când este gata, se taie bucăţi, se aşază pe o farfurie, se presară zahăr şi se serveşte caldă. Se poate servi cu smântână.

615. ŞTRUDEL CU SMÂNTÂNĂ
Pentru foaia de plăcintă, v. 605. Umplutura: 300 g smântână, 2 ouă, 1 lingură făină, 25 g stafide, 75 g zahăr, coajă de lămâie, sare, 2 linguri unt.

Se întinde foaia de plăcintă. Se amestecă smântâna cu ouăle, zahăr după gust, făina şi câteva stafide sau coajă rasă de lămâie şi un praf de sare. Se face la fel ca ştrudelul cu brânză.

616. ŞTRUDEL CU VIŞINE
Pentru foaia de plăcintă, v. 605. Umplutura: 1 kg vişine, 150 g zahăr, 1 lingură pesmet, 2 linguri unt.

Se întinde foaia de plăcintă. Se scot sâmburii de la 1 kg de vişine spălate şi se lasă să stea o oră cu zahărul pisat (dacă este tos,

trebuie să fie foarte fin cernut). Se scurge bine de zeama pe care au lăsat-o, se împrăştie egal pe foaia de plăcintă stropită cu unt şi presărată cu pesmet fin şi *se* continuă apoi ca la ştrudelul cu brânză. Se coace la foc mic circa o oră.

617. ŞTRUDEL CU NUCĂ

Pentru foaia de plăcintă, v. 605. Umplutura: 400 g nuci măcinate, 250 g zahăr, 2 linguri unt.

Se face la fel ca ştrudelul cu brânză. Umplutura se face din nuci trecute prin maşină, amestecate cu zahăr pisat.

618. ŞTRUDEL CU GRIŞ

Pentru foaia de plăcintă, v. 605. Umplutura: 3 ceşti apă, 1/2 ceaşcă griş, 3 linguri zahăr sau miere, vanilie, sare, 1 lingură unt, 1 linguriţă ulei.

Se întinde o foaie de plăcintă. Separat se fierbe grişul în apă. Se îndulceşte după dorinţă cu zahăr sau cu miere. Se pune un praf de sare şi vanilie. Se dă grişul la o parte, amestecând din când în când până se răcoreşte, astfel încât pasta să rămână mai moale, ca o cremă. Se stropeşte foaia de ştrudel cu o lingură de unt, se întinde grişul şi se rulează. Se unge o tavă cu ulei. Se aşază ştrudelul şi se coace la foc potrivit.

619. PLĂCINTĂ CU MERE

Pentru foaia de plăcintă, v. 605. Umplutura: 1 kg mere, 1 linguriţă unt, 2 linguri de zahăr, un vârf de linguriţă scorţişoară (facultativ), 2 linguri unt.

Se întinde o foaie de plăcintă care se taie, după ce s-a uscat, în bucăţi de mărirnea tăvii. Se curăţă merele, se taie în felii subţiri şi se pun într-o cratiţă la foc, cu zahăr şi puţin unt. Se amestecă din când în când până se moaie merele. Se dă la o parte şi se adaugă scorţişoara pisată. Se unge tava cu unt. Se pun în tavă 4 — 5 foi de plăcintă, unse cu unt între ele, se aşază merele scurse de zeamă, împrăştiindu-le deopotrivă. Se pun deasupra din nou 4 — 5 foi unse între ele cu unt şi se urmează aşa până se termină. Se stropeşte deasupra cu unt. Se coace 3/4 de oră. Când este gata, se taie bucăţi potrivite, se presară zahăr pisat, se serveşte caldă sau rece. În lipsă de timp se poate face plăcinta cu foi cumpărate de la plăcintărie. La fel se poate face cu vişine, smântână etc.

620. ÎNVÂRTITĂ

Pentru foaia de plăcintă, v. 605, 2 linguri unt, 1 lingură zahăr. Siropul: 250 g zahăr, 4 dl apă, vanilie sau apă de flori.

Se face o foaie de plăcinta. Se stropeşte bine cu unt, se presară cu zahăr şi se face sul, dinspre partea lungă a mesei. Se unge o tavă rotundă cu unt, se aşază sulul în tavă, învârtindu-l în formă de melc. Se dă la cuptor. Se face un sirop potrivit de gros, cu puţină vanilie sau

apă de flori şi când plăcinta începe să se rumenească, se toarnă deasupra o parte din sirop şi se mai lasă la cuptor până se pătrunde bine aluatul cu zahăr şi se rumeneşte. Se aşază pe o farfurie rotundă, se taie în raze, ca un tort, se serveşte fierbinte cu sirop de zahăr.

621. TURTE MOLDOVENEŞTI

500 g foi de plăcintă (v. 605), 500 g nuci, 150 g zahăr. Siropul: 250 g zahăr, 1/2 l apă, 1 lingură apă de flori.

Se întinde o foaie de plăcintă. Când s-a zbicit puţin, se taie rotocoale cu ajutorul unei farfurii mijlocii şi al unui cuţit nu prea ascuţit, ca să nu se taie şi faţa de masă. Se aşază într-o cratiţă, una peste alta, cu grijă să nu se sfărâme. Când toate foile sunt tăiate, se pun pe rând într-o tigaie la foc, sau direct pe maşină, să se coacă pe ambele părţi, fără să se rumenească. Se face un sirop de zahăr în care se toarnă o lingură de apă de flori, după dorinţă. Se trec nucile prin maşina de tocat şi se amestecă cu zahăr pisat. Se pune o foaie rotundă pe farfurie, se stropeşte cu sirop, cu o pană, se presară puţină nucă amestecată cu zahăr, deasupra se pune o altă foaie, care se stropeşte cu sirop, şi aşa mai departe. Stratul de foi se face mai înalt deoarece după ce s-a muiat se lasă. Plăcinta astfel pregătită poate sta mai multe zile. Nu trebuie să fie prea uscată, nici prea umedă, iar când se serveşte, se mai poate adăuga puţin sirop.

622. COLĂCEI MOLDOVENEŞTI

500 g făină, 20 g drojdie, 250 g nuci, 1 linguriţă ulei, 1 linguriţă zahăr, 1 linguriţă rasă de sare, 3 dl lapte îndoit cu apă. Siropul: 1 ceaşcă zahăr, 2 ceşti apă, 1 lingură apă de flori, miere (facultativ).

Se face un aluat ca de pâine (v. 822) cu puţin lapte şi mai mult moale. După ce a crescut bine se fac colăcei în formă de 8. Se aşază în tava presărată cu făină, se lasă să crească, se ung cu ou şi se coc la foc potnvit. Se pregăteşte un sirop dintr-o ceaşcă de zahăr şi două ceşti de apă. Se curăţă, nucile, se macină si se amestecă cu zahărul pisat. Când colăceii s-au răcorit, se moaie unul câte unul, numai o clipă, în apă fierbinte, se scurg, se aşază într-un castron, se toarnă deasupra siropul în care s-a adăugat o lingură de apă de flori şi se presară cu nucă după dorinţă. În loc de sirop se poate turna miere de albine.

623. PLĂCINŢELE CU VIŞINE

Aluatul: 1 ceaşcă caimac, 1 ceaşcă făină, sare. Umplutura: 1 kg vişine, 150 g zahăr, 1 lingură pesmet.

Se aleg vişine frumoase, se spală şi se scot sâmburii. Se presară zahărul şi se lasă astfel o oră. Se face un aluat cu caimac şi se întinde o foaie la fel ca pentru plăcinţelele cu carne (v. 568). Se taie pătrate de 12 — 14 cm. Se pune pe fiecare pătrat o lingură de vişine scurse de zeamă, amestecate cu pesmet. Se întorc colţurile spre mijloc, în formă de plic, apăsând puţin mijlocul şi marginile ca să rămână lipite. Se ung cu ou bătut, se aşază pe o tavă şi se coc la foc iute. Când sunt gata se presară zahăr.

624. PLĂCINTĂ CU GRIŞ

Aluatul: 200 g făină, 1 lingură untură, 1/2 pahar caimac sau smântână, un praf de sare. Umplutura: 1 l lapte îndoit cu apă, 100 g zahăr vanilat, 109 g griş, 1 gălbenuş, sare.

Se cerne făina pe masa de aluat. Se face loc la mijloc, se pune untura, caimacul şi un praf de sare. Se frământă aluatul şi se lasă un sfert de oră la rece.

În acest timp se face umplutura: se fierbe laptele amestecat cu apă şi cu zahărul vanilat. Când fierbe laptele, se toarnă grişul încet, să cadă în ploaie, amestecând mereu, să nu se formeze cocoloşi. Se dă la o parte şi după ce s-a mai răcorit, se amestecă cu un gălbenuş. Se împarte aluatul în două. Se întinde o foaie de mărimea tăvii în care se coace plăcinta, se aşază în tavă, deasupra .se pune grişul întins în strat de grosime cât mai egală, iar peste griş se aşază a doua foaie de aluat. Se coace la foc potrivit. După ce s-a răcorit, se taie bucăţi şi se pudrează cu zahăr.

625. PLĂCINTĂ CU PERE

Pentru aluat, v. 612. Umplutura: 750 g pere, 1 linguriţă unt, zahăr, scorţişoară.

Se curăţă perele, se îndepărtează sâmburii, se taie în sferturi, apoi în felii şi se înăbuşă în unt cu puţin zahăr şi scorţişoară pisată, după gust. Se lasă să se răcească. Se face un aluat de unt, se întinde o foaie de circa 1/2 cm grosime, se taie un rond de 30 cm diametru. Se aşază perele pe jumătate de rond, se udă marginea cu puţină apă, se întoarce deasupra cealaltă jumătate şi se lipeşte apăsând uşor cu degetul. Se îndoaie apoi marginea, astfel încât să formeze o mică bordură, pentru ca perele să nu iasă afară. Se aşază plăcinta pe tava stropită cu apă, se unge deasupra cu ou, se înţeapă în câteva locuri şi se coace la foc bun circa trei sferturi de oră. În loc de o singură plăcintă mare se pot face plăcinţele mici.

626. PLĂCINŢELE CU MERE

Pentru aluat, v. 613. Umplutura: 500 g mere, 1 linguriţă unt,

zahăr, scorţişoară, 1 linguriţă rom.

Se face foaia din aluat de unt şi smântână, se taie mici ronduri de 7 — 8 cm diametru şi se procedează la fel ca pentru plăcinta cu pere, înlocuind perele cu mere. Pentru umplutură se curăţă, se îndepărtează sâmburii şi se taie merele felii. Se încinge într-o cratiţă untul, se pun merele, ţinându-le numai până ce încep să se moaie. Se adaugă zahar, scorţişoară după dorinţă şi rom. Se întrebuinţează numai după ce s-au răcit de tot.

627. MERE ÎN ALUAT

Pentru aluat, v. 608. 12 mere nu prea mari, zahăr, unt proaspăt.

Se curăţă merele de coajă şi, cu un cuţit subţire, se scot sâmburii din mijloc. În locul scobit se pune puţin zahăr şi o bucăţică de unt. Se face o foaie din aluat cu caimac. Se taie pătrate destul de mari, astfel încât fiecare să poată îmbrăca un măr. Se pune câte un măr pe fiecare pătrat, se aduc colţurile spre mijloc, mărul închizându-se ca într-o pungă. Se ung cu ou, se aşază într-o tavă şi se coc la foc potrivit. Când sunt gata, se presară zahăr pisat.

628. COLŢUNAŞI CU MAGIUN

Se fac la fel cu colţunaşii cu brânză (v. 562).

629. GĂLUŞTE CU PRUNE

Aluatul: 400 g cartofi, 100 g făină, 1 linguriţă ulei, 1/2 linguriţă sare, 1/2 linguriţă zahăr, prune câte se cer, 1 lingură pesmet, 1 lingură unt, zahăr.

Se face un aluat din cartofi fierţi, curăţiţi şi daţi prin maşină, cu făină, o linguriţă de ulei, sare şi zahăr. Se pun toate pe masa de aluat şi se frământă până se face un aluat ceva mai moale ca aluatul de tăiţei.Din el se face un cârnat gros de 2 — 3 degete, din care se taie bucăţele de 1 cm grosime. Acestea se întind cu mâna şi în fiecare se îmbracă o prună. Se rotunjesc între palime; când sunt toate gata, se fierb în apă clocotită, puţin sărată, dar la foc mic ca să nu se terciuiască. Se scurg. Se rumeneşte pesmetul într-o tigaie, se pun găluştele, se dau în acest pesmet şi se ţin până se usucă de apă. Se aşază pe farfurie, se toarnă unt topit deasupra şi se servesc cu zahăr pisat. După dorinţă, se poate scoate sâmburele, în locul lui punându-se o bucăţică mică de zahăr.

630. ALTE GĂLUŞTE CU PRUNE

100 g griş, 100 g măiai, 100 g făină, 1 1/4 l apă, un vârf de linguriţă de sare, 1 linguriţă zahăr, prune sau marmeladă, 1 lingură pesmet, 1 lingură ulei sau ulei amestecat cu untură, zahăr.

Se pune apa la fiert cu sare şi zahăr. Se toarnă în ploaie mălaiul amestecat cu griş, se lasă să fiarbă un sfert de orâ, se toarnă apoi

făina amestecând şi se lasă să rnai fiarbă circa 10 minute. Se dă la o parte. Când s-a răcorit, se ia câte puţin aluat în palmă, se întinde, se pune pruna sau puţină marmeladă şi se rotunjeşte. Separat se rumeneşte pesmetul în ulei, se tăvălesc găluştele prin pesmet şi se aşază într-o tavă ce se dă la cuptor. Se ţin până ce se încălzesc. Se servesc cu zahăr sau cu miere.

631. CLĂTITE

1 ceaşcă făină, 2 ouă, 1 pahar lapte, un praf de sare, 2 linguriţe zahăr, 2 linguriţe unt sau ulei, dulceaţă sau magiun, 1 lingură unt topit pentru uns tigaia.

Se pune într-un castron făina, se face loc la mijloc şi se sparg ouăle, se adaugă sarea, zahărul şi laptele. Se bate totul bine cu o furculiţă până se desfac toţi cocoloşii; se mai adaugă două linguriţe de unt topit, amestecând continuu. Compoziţia trebuie să fie ca o smântână subţire. Se lasă să se odihnească o oră. Se pune o tigaie cu coadă să se înfierbânte pe foc potrivit. Se unge cu unt cu o pană, se toarnă o lingură plină din compoziţie, mişcând repede tigaia de coadă, ca să se acopere tot fundul. Când începe să se rumenească pe o parte, se întoarce clătita pe cealaltă parte, săltând cu o mişcare iute tigaia sau folosind un cuţit lat. Se fac pe rând toate clătitele şi se aşază într-o farfurie una peste alta. Din când în când se amestecă compoziţia ca să nu rămână prea groasă la fund. Dacă totuşi se îngroaşe, se poate subţia cu puţin lapte. Clătitele trebuie să fie foarte subţiri, din două ouă obţinându-se într-o tigaie mijlocie până la 20 de bucăţi.

Când sunt toate gata, se umplu pe rând cu magiun sau cu dulceaţă, se întorc marginile laterale înăuntru şi se fac sul. Se aşază într-o formă şi se dau câteva minute la cuptor, acoperite, să se înfierbânte. Înainte de a servi se presara cu zahăr.

632. MINCIUNI

2 gălbenuşuri, 3 ouă întregi, 2 linguriţe zahăr, 2 linguriţe rom, 2 linguriţe ulei, făină cât se cere (circa 250 g), sare.

Se face un aluat mai îndesat din două gălbenuşuri, trei ouă întregi, zahăr, ulei şi făină cât se cere. Se frământă aluatul şi se lasă o jumătate de oră să se odihnească. Se întinde apoi o foaie subţire, se taie cu rotiţa dinţată fâşii de 6 — 7 cm lungime pe 2 cm lăţime (în lipsă de rotiţă se pot tăia şi cu cuţitul). Se face o crestătură în lung, la mijloc, prin care se trece unul din capetele fâşiei, astfel încât să pară înnodată. Se prăjesc într-o cratiţă cu untură multă, clocotită. Nu trebuie să fie prea rumene. Se scot cu lingura cu găuri, se scurg bine de untură şi se presară calde cu zahăr vanilat.

*** ALT FEL DE MINCIUNI**

3 gălbenuşuri, 3 linguriţe lapte, făină cât se cere, sare.

Se face un aluat potrivit de tare din gălbenuşuri, lapte, făină cât se cere şi un praf de sare. Se fac minciuni la fel ca mai sus.

633. GOGOŞI DE CARTOFI

200 g cartofi, 200 g făină, 1/2 ceaşcă apă caldă, 10 g drojdie, un praf de sare, 1 ceaşcă ulei pentru prăjit.

Se fierb cartofii, se curăţă de coajă, se trec prin maşina de tocat carne şi se amestecă cu o cantitate egală de făină şi puţină apă caldă, astfel încât să se obţină un aluat potrivit de tare. Se adaugă sare şi drojdia muiată cu o lingură de apă caldă. Se frământă bine, se acoperă şi se ţine la cald să crească. Se întinde o foaie de grosimea degetului. Se taie forme rotunde cu un pahar şi se rumenesc în ulei fierbinte. Se scot când sunt frumos crescute şi se presară cu zahăr vanilat.

634. GOGOŞI DOSPITE

500 g făină, 1 ceaşcă îapte, 1 lingură unt, 2 ouă, drojdie cât o nucă, 1 lingură rom, 25 g stafide, 1 linguriţă rasă de sare, untură pentru prăjit, 1 lingură zahăr vanilat.

Se cerne făina într-un vas, se face loc la mijloc, se toarnă o ceaşcă de lapte cald, untul topit, ouăle, drojdia muiată cu o lingură de lapte, romul, stafidele şi sare. Se bate totul buie cu o lingură, până se desfac toţi cocoloşii şi compoziţia are aspectul unei creme legate. Se lasă să crească o oră. Se ia cu lingura din aluat şi se dă drumul în untură clocotită. Se rumenesc gogoşile pe ambele părţi. Se aşază pe o farfurie unele peste altele şi se presară cu zahăr vanilat.

635. GOGOŞI DIN ALUAT PRIPIT

1 pahar apă, 100 g unt, 1 lingură rasă de zahăr, un praf de sare, 200 g făină, 4 ouă, untură pentru prăjit, 1 lingură zahăr vanilat.

Se pun într-o cratiţă să se înfierbânte un pahar de apă, untul, zahărul şi sarea. Când apa începe să clocotească, se trage pe marginea maşinii şi se dă drumul, deodată, la toată făina. Se freacă repede ca să nu se facă cocoloşi şi se mai ţine pe maşină, frecând mereu, până se desprinde aluatul de pe cratiţă. Se dă cu totul la o parte şi după ce s-a mai răcorit, se pun pe rând ouăle. Nu se pune oul următor decât după ce primul a fost bine cuprins în pastă. Aluatul trebuie să fie potrivit de moale, dar să-şi păstreze forma acolo unde cade. Se ia cu o linguriţă din compoziţie, se introduce în untură fierbinte şi se rumenesc gogoşile pe ambele părţi. Se scot cu lingura cu găuri, se presară zahăr vanilat şi se servesc calde, cu sirop de fructe sau cu sos de ciocolată (v. 756).

636. MERE PRĂJITE ÎN ALUAT

4 mere mijlocii, 2 linguri rom, 1 lingură zahăr. Aluatul: 1 ceaşcă lapte sau apă, 1 ceaşcă făină, 2 ouă, 1 lingură ulei, în praf de sare, untură pentru prăjit.

Se curăţă mere tari de mărime mijlocie, se scobesc puţin cu un cuţit foarte subţire şi se scot sâmburii. Se taie felii groase de 1 cm. Se pun într-un castron, se toarnă două linguri de rachiu sau de rom, se

presară zahăr şi se ţin astfel o jumătate de oră. Se pune o ceaşcă de făină într-un castron. Se face loc la mijloc, se toarnă o ceaşcă de lapte sau de apă, gălbenuşurile, uleiul, sare. Se amestecă bine pentru a nu se forma cocoloşi. Se lasă apoi să se odihnească cel puţin o oră. Numai cu câteva minute înainte de a prăji merele, se adaugă în aluat cele două albuşuri bătute spumă. Se scurg feliile de mere de zeama pe care au lăsat-o, se moaie în aluatul ce trebuie să fie potrivit de gros ca să le acopere bine. Se pun apoi la prăjit în untură multă şi foarte fierbinte. Se rumenesc pe ambele părţi. Se servesc îndată ce sunt gata. Se presară cu zahăr vanilat.

637. HALVA TURCEASCĂ

***2* linguri unt topit (sau ulei), 4 lingură făină, 1 1/2 pahare sirop. Siropul: 150 g zahăr, 1 1/2 pahare apă, zahăr vanilat şi scortişoară.**

Se înfierbântă untul topit în care se prăjeşte făina, amestecând mereu să nu se ardă. Când făina este bine rumenită, se opăreşte cu siropul şi se amestecă mereu, lăsând să fiarbă până ce se îngroaşă. Se aşază caldă pe o farfurie, cu o lingură, în formă de cartofi, şi se presară cu zahăr vanilat sau amestecat cu scorţişoară pisată.

638. GRIŞ CU LAPTE

4 ceşti lapte, 4 linguri zahăr, vanilie, 1 ceaşcă griş, unt proaspăt cât o nucă, sare, 3 Iinguri zahăr pentru glazură.

Se pune laptele să fiarbă cu zahăr şi 1/4 baton de vanilie sau puţină vanilină. Când laptele clocoteşte, se toarnă cu încetul, să cadă în ploaie, o ceaşcă nu prea plină de griş, amestecând mereu să nu se facă cocoloşi. Când grişul începe din nou să fiarbă, se adaugă o bucăţică de unt proaspăt cât o nucă şi un praf de sare. Se lasă să fiarbă încet, amestecând, circa 15 minute, până ce grişul a absorbit tot laptele. Se ţine seama că prin răcire compoziţia se întăreşte. Se scoate vanilia. Se udă bine un castron cu apă, se toarnă grişul, se lasă să se răcească. Se răstoarnă pe o farfurie. Separat, într-o tigaie mică, se ard trei linguri de zahăr. Cum s-a topit, fără să se înnegrească, se toarnă peste grişul din farfurie. Se serveşte.

639. OREZ CU LAPTE

4 ceşti lapte, 1 ceaşcă orez, vanilie, un praf de sare, 3 linguri zahăr.

Se alege o ceaşcă de orez, se spală şi se pune la fiert într-o cratiţă cu patru ceşti de lapte rece şi o bucăţică de vanilie sau puţină vanilină (de preferinţă lapte proaspăt nefiert). Se fierbe încet pe foc mic amestecând din când în când ca să nu se prindă de fund. Când este aproape fiert, se adaugă zahărul şi un praf de sare. Se fierbe până ce laptele a scăzut cât trebuie şi bobul de orez strâns între degete se striveşte uşor. Se scoate vanilia şi se răstoarnă orezul într-o compotieră. Se serveşte cald sau rece, simplu, cu scorţişoară pisată

sau cu dulceaţă de vişine.

640. OREZ CU PRUNE

250 g prune uscate, 3 linguri zahăr, 1/2 ceaşcă orez, 1 lingură unt.

Se spală bine prunele uscate şi se fierb în apă. Separat într-o cratiţă mică, se ard, trei linguri de zahăr, nu prea tare, ca să nu prindă gust amar, şi se sting cu zeama îri care au fiert prunele. Între timp se prăjeşte orezul ales şi spălat, cu o lingură de unt, se adaugă o ceaşcă de sirop de zahăr ars, se aşază prunele şi se fierb în cuptor până se moaie orezul. Se răstoarnă şi se serveşte puţin răcorit, cu restul de sirop de zahăr ars.

641. BUDINCĂ DE OREZ

Aceleaşi cantităţi ca pentru orez cu lapte în plus 1 lingură de zahăr, unt proaspăt cât o nucă, 4 ouă, unt pentru uns forma, 1 lingură pesmet, 25 g stafide (facultativ).

Se fierbe orezul ca pentru orez cu lapte, adăugând în plus o lingură de zahăr, iar când este aproape gata, o bucată de unt proaspăt. Se scoate vanilia, iar după ce s-a răcorit, se adaugă gălbenuşurile şi la urmă albuşurile spumă. Se unge bine cu unt o formă de tablă şi se presară cu pesmet. Se toarnă compoziţia şi se coace la cuptor timp de o oră. Se încearcă dacă s-a copt cu un pai înfipt în mijloc. Dacă paiul iese curat, budinca este gata. Se scoate din cuptor, se ţine 10 minute la o parte pentru a se răsturna mai uşor. Se serveşte cu sirop de fructe sau cu sos de vanilie, de ciocolată etc.

Budinca se poate face şi cu fructe zaharisite tăiate mărunt sau cu stafide, care se adaugă în compoziţie înainte de a pune albuşul.

642. BUDINCĂ DE GRIŞ

Aceleaşi cantităţi ca pentru griş cu lapte (v. 638), în plus 4 ouă, 25 g stafide, unt pentru uns forma, 1 lingură pesmet.

Se fierbe grişul ca pentru griş cu lapte adăugând ceva mai mult zahăr; se dă la o parte, se scoate vanilia şi se adaugă gălbenuşurile puse pe rând şi, după dorinţă, un pumn de stafide fără sâmburi, alese şi spălate, iar la sfârşit albuşurile bătute spumă. Se coace la cuptor, într-o formă unsă cu unt şi presărată cu pesmet, trei sferturi de oră. Se ţine la o parte 10 minute. Se răstoarnă şi se serveşte cu sirop de fructe sau cu un sos dulce, după plăcere.

645. BUDINCĂ DE OREZ CU MERE

500 g mere, 2 linguri unt topit, 4 linguri zahăr, 1 ceaşcă orez, 1 lingură pesmet, un praf de sare.

Se curăţă merele, se taie felii şi se înăbuşă într-o cratiţă cu puţin unt şi zahăr, după gust. Nu se ţin să scadă prea tare. Cojile spălate se pun la fiert şi se strecoară zeama. Se alege o ceaşcă de orez, se spală şi se fierbe cu două ceşti de zeamă strecurată. Când

este aproape fiert, se pune un praf de sare şi două linguri de zahăr. Se dă la o parte. Se unge o cratiţă cu unt, se presară pesmet şi se aşază rânduri alternând de orez şi de mere. După dorinţă se poate pune şi puţină scorţişoară. Primul şi ultimul rând trebuie să fie de orez. Se coace la cuptor, la foc potrivit, până se rumeneşte. Se dă la o parte pentru a se răci puţin, se răstoarnă şi se serveşte cu sos de vin sau cu orice sirop.

644. BUDINCĂ DE CLĂTITE

Pentru aluat de clătite, v. 631. Umplutura: 200 g brânză de vacă, 2 ouă, 2 linguri smântână, 2 linguri zahăr, 1 linguriţă făină, 25 g stafide, coajă de lămâie, un praf de sare, unt pentru uns forma, 1 lingură pesmet.

Se fac clătite din două ouă. Se pregăteşte o umplutură din brânză de vacă dată prin sită, amestecată cu ouă, smântână, făină, zahăr, coajă rasă de lămâie, stafide şi sare. Se unge bine cu unt o cratiţă de mărimea clătitelor. Se presară pesmet. Se aşază o clătită pe fund şi 3 — 4 pe margini, astfel încât după ce s-a umplut cratiţa să poată fi întoarse deasupra pentru a înveli toată budinca. Se pune peste clătita din fund un strat subţire de umplutură, apoi din nou o clătită şi tot aşa până se umple cratiţa. Se întorc deasupra clătitele de pe margini, se stropeşte cu unt, se dă la cuptor. Se coace trei sferturi de oră la foc potrivit. Se răstoarnâ, şi se presară cu zahăr vanilat.

645. BUDINCĂ DE ALBUŞ

8 albuşuri, 4 linguri zahăr, 3 linguri peltea sau zeamă de dulceaţă, 2 linguri zahăr pentru îmbrăcat forma. Pentru sos, v. 754.

Se bat spumă albuşurile. Se pun patru linguri de zahăr pisat şi trei linguri de peltea sau de zeamă de dulceaţă. Se mai bate până se întăreşte bine. Se toarnă compoziţia într-o formă îmbrăcată cu zahăr ars, se aşază în alt vas cu apă fierbinte şi se fierbe la cuptor trei sferturi de oră. Se lasă să se răcească, se răstoarnă şi se serveşte cu sos de vin (v. 754).

646. OMLETĂ CU DULCEAŢĂ

6 ouă, 4 linguri zahăr, 2 linguri făină, vanilie sau coajă de lămâie, unt pentru uns tava, marmeladă sau dulceaţă.

Se freacă bine gălbenuşurile cu zahăr pisat şi cu o bucăţică de vanilie sau zahăr vanilat, până ce se face ca o cremă. Se adaugă încet făina şi la sfârşit cele şase albuşuri bătute spumă. Se unge o tavă bine cu unt, se toarnă compoziţia, după ce s-a scos vanilia, şi se coace la cuptor, la foc potrivit. Când este gata, se răstoarnă pe un şervet ud, se pune dulceaţa sau marmelada, se face sul, se aşază pe farfurie, se presară cu zahăr. Se poate înlocui vanilia cu puţină coajă rasă de lămâie.

647. OMLETĂ CU MERE

4 mere mijlocii, 1 lingură unt, 4 linguri făină, 4 ouă, 2 linguri zahăr, 1 ceaşcă lapte, 1 lingură rom, vanilie, un praf de sare.

Se curăţă merele, se taie felii subţiri şi se pun să se moaie pe maşină, cu o linguriţă de unt. Se pune într-un castron făina, se amestecă cu ouăle întregi, sare şi zahăr pisat vanilat. Se subţie cu lapte şi cu o lingură de rom, astfel încât aluatul să fie ca o smântână. Se topeşte puţin unt într-o tigaie, se toarnă o parte din compoziţie, se presară merele şi deasupra se toarnă restul compoziţiei. Se coace o jumătate de oră la cuptor. Se răstoarnă pe farfurie, se presară zahăr şi se serveşte caldă. La fel se poate pregăti şi cu vişine.

648. SUFLEU DE ALBUŞ

8 albuşuri, 8 linguri zahăr, 1 linguriţă unt, 1 lingură marmeladă.

Se bat spumă albuşurile. Se adaugă încet zahărul pisat şi se bate până se întăreşte bine. Se unge o formă cu unt, se întinde pe fund marmeladă de caise sau dulceaţă, se toarnă deasupra albuşul, se netezeşte cu lama cuţitului, apoi se crestează deasupra şi se dă la cuptor trei sferturi până la o oră, la foc potrivit, ca să crească frumos. Se serveşte însă îndată ce s-a scos de la cuptor, altfel se lasă.

649. MERE PE CANAPEA

12 mere mijlocii, 12 feliuţe de pâine, 50 g unt proaspăt, zahăr. Siropul: 150 g zahăr, 1 pahar apă.

Se curăţă merele, se scobesc la mijloc şi pe măsură ce sunt curăţite, se pun în apă rece ca să nu se înnegrească. Se taie pâinea felii. Se unge cu unt o formă cu marginile joase, se pun feliile de pâine şi deasupra merele bine scurse, umplute la mijloc cu zahăr. Deasupra, peste fiecare, se pune o bucăţică de unt. Se dă la cuptor, la foc potrivit, trei sferturi de oră. Se umezesc de câteva ori cu sirop de zahăr. Când sunt aproape gata, se toarnă deasupra câteva Iinguri de sirop legat şi se mai lasă puţin la cuptor. Se servesc în formă.

TORTURI ŞI PRĂJITURI

650. TORT IEFTIN

3 ouă, 1 lingură unt proaspăt, 1 pahar zahăr, 1 pahar făină, 1 pahar lapte, *2* linguri marmeladă. Crema de nuci: 200 g nuci, 100 g lapte, 50 g zahăr, 1 gălbenuş, vanilie, rom.

Se freacă o lingură de unt proaspăt cu un pahar de zahăr şi cu gălbenuşurile puse pe rând. Se adaugă apoi încet, alternând, un pahar de făină şi unul de lapte. La urmă se pun cele trei albuşuri spumă. Se coace la cuptor într-o formă unsă cu unt.

Când este gata, se taie în trei felii orizontale, se umezesc cu sirop cu rom, se unge o felie cu marmeladă de caise, se pune o felie de tort, apoi un strat de cremă de nuci, altă felie de tort, care se unge din nou cu marmeladă. Deasupra se presară nuci pralinate sau resturi de tort uscat, puţin sfărâmate.

Crema de nuci: Se opăresc nucile măcinate cu laptele îndulcit cu zahăr. Se freacă bine, adăugând puţin rom, vanilie şi când s-a mai răcorit, un gălbenuş. Se freacă bine până devine spumoasă.

651. TORT DE NUCI

5 ouă, 100 g zahăr vanilat, 1 lingură făină, 1 lingură pesmet, 100 g nuci măcinate. Pentru cremă, v. 736.

Se freacă gălbenuşurile cu zahărul vanilat până se fac ca o cremă. Se adaugă făina, pesmetul din cernut, nucile trecute prin maşina de tocat şi la urmă albuşurile spumă. Se unge forma de tort bine cu unt. Se toarnă compoziţia, se dă la cuptor circa o oră, la foc potrivit.

După ce s-a răcit, se taie în două, se stropesc amândouă jumătăţile cu un sirop cu rom sau cu lichior şi se umple cu cremă de nuci (v. 736), apoi se glasează.

652. TORT DE FASOLE

250 g fasole fiartă, 4 ouă, 200 g zahăr, 2 linguri unt proaspăt, 1 lingură cacao, 1 lingură pesmet, 2 linguri rom.

Se freacă fasolea fiartă, scursă bine de apă şi trecută prin sită, cu gălbenuşurile, zahărul şi untul proaspăt, făcut spumă. Când totul este bine amestecat ca o cremă, se adaugă o lingură de ciocolată rasă sau de cacao, sau o lingură de cafea concentrată, o lingură de pesmet, două linguri de rom şi albuşurile bătute spumă. Se coace la cuptor într-o formă bine unsă cu unt, aproape o oră. La început focul trebuie să fie mai moale ca să crească tortul, iar la sfârşit mai iute. După ce s-a răcorit, se acoperă cu glazură de cafea sau de ciocolată, iar pe margine se toarnă cu cornetul frişcă bătută.

653. TORT DE CASTANE

50 castane, 250 g zahăr, 5 ouă, 150 g unt proaspăt, vaniîie, 150 g frişcă bătutâ cu zahăr. Cremă de castane, v. 749.

Se crestează coaja castanelor şi se fierb o oră într-o oală. Se

curăţă de coajă şi se pun într-o cratiţă cu apă cât să le cuprindă. Se lasă să fiarbă până se moaie complet. Se scurg bine de apa care a mai rămas şi se trec prin maşina de tocat, apoi printr-o sită. Se amestecă cu zahărul pisat, vanilie şi gălbenuşurile puse pe rând. Se freacă bine până devine ca o cremă. Se amestecă apoi cu untul frecat spumă şi la urmă cu albuşurile bătute spumă. Se unge o formă cu unt, se toarnă compoziţia şi se coace la foc potrivit trei sferturi de oră. Când este gata tortul, trebuie să fie puţin moale la mijloc. Dacă se ţine prea mult la foc, devine aspru. Se lasă să se răcească în formă. Se răstoarnă, se glasează cu ciocolată sau cu cafea, iar deasupra se pune frişcă bătută.

Dacă se umple cu cremă, atunci se coace compoziţia în două forme de mărime egală. Când sunt gata, se lasă să se răcească, se pun una peste alta şi între ele cremă de castane (v, 749).

654. TORT DE PESMET

6 ouă, 6 lingiiri zahăr, 6 linguri pesmet, 1/2 pahar nuci (facultativ), vanilie.

Cremă de unt (v. 728).

Se freacă spumă gălbenuşurile cu zahărul pisat şi o bucată de vanilie. Se adaugă pesmetul foarte fin şi la urmă albuşurile spumă. După dorinţă, se poate adăuga odată cu pesmetul şi 1/2 pahar de nuci pisate. Se coace într-o formă unsă cu unt şi presărată cu făină, la cuptor, la foc potrivit, circa o oră. Când este gata, se taie în trei felii, se umple cu cremă de unt (v. 728) şi se glasează după plăcere.

655. TORT DE CACAO

6 ouă, 150 g zahăr, 75 g făină, 50 g cacao, unt pentru uns forma. Cremă de ciocolată (v. 729).

Se bat într-un căzănel ouăle întregi cu zahărul până ce volumul lor creşte simţitor. Se bat apoi alternativ pe maşină şi la rece, de trei ori. Se adaugă făina proaspăt cernută, amestecată cu cacao. Se coace la foc mic, într-o formă unsă cu unt şi presărată cu făină. După ce s-a răcit, se taie în trei felii egal de groase. Se stropesc feliile cu sirop amestecat cu puţin rom. Între felii se pune cremă de ciocolată. Se glasează cu ciocolată, iar deasupra se decorează cu fructe zaharisite sau cu puţină cremă turnată prin cornet.

656. TORT MOCA

5 ouă, 160 g zahăr vanilat, 140 g făină, 1 lingură cafea concentrată (sau cicoare), unt pentru uns forma. Pentru cremă, v. 733.

Se încălzeşte bine un castron, ţinându-l câteva minute cu apă clocotită pe marginea maşinii. Se şterge să fie perfect uscat. Se pun ouăle întregi, zahărul vanilat şi se freacă bine până se face ca o cremă. Se adaugă cafeaua şi făina proaspăt cernută şi se amestecă bine. Se toarnă compoziţia într-o formă unsă cu unt, se coace la foc potrivit circa o orâ. Se pregăteşte crema de cafea cu unt (v. 733).

După ce s-a răcit perfect tortul, se taie cu un cuţit bun în trei felii, iar între ele se pune crema. Se opreşte o Iingură de cremă pentru garnitură. Tortul se glasează cu glazură de cafea (p. 740), iar deasupra se pune cu cornetul crema oprită.

657. TORT INDIANĂ
6 ouă, 150 g zahăr, 100 g făină, vanilie, unt pentru uns forma, 250 g frişcă. Pentru glazură, v. 738.

Se pun într-un căzănel ouăle întregi cu zahăr şi cu vanilie. Se bat bine cu telul pe marginea maşinii până ce cantitatea creşte simţitor. Se bate apoi altemativ, pe maşină şi la rece, de trei ori. Se adaugă făina. Se coace compoziţia într-o formă bine unsă cu unt şi presărată cu făină, la foc potrivit. După ce s-a răcit, se taie cu un cuţit ascuţit tortul în două. Se scobesc ambele părţi la mijloc, cât mai mult, dar fără să se spargă fundul, astfel încât aşezate una peste alta, să rămână un gol la mijloc. Acest gol se umple cu frişcă bătută. Tortul se glasează cu ciocolată. Din aluatul scos din mijlocul tortului se poate pregăti umplutura pentru alt tort, la fel cu crema de cozonac (v. 734).

658. TORT DOBOŞ
5 ouă, 125 g zahăr, 5 linguri făină, unt pentru uns forma. Crema: 4 ouă, 150 g zahăr, 2 batoane ciocolată sau 2 linguri cacao, 200 g unt proaspăt, 3 linguri zahăr pentru glazură.

Se freacă gălbenuşurile cu zahărul până se fac ca o cremă. Se adaugă făina şi albuşurile bătute spumă. Se unge forma de tort cu unt, se presară făină şi se toarnă astfel din compoziţie, încât foaia să nu fie mai groasă ca muchia cuţitului. Se coc pe rând 7 — 8 foi, se scot fierbinţi din tavă şi se pun pe masa de aluat. Crema pentru tort: într-o oală mică pusâ în alt vas cu apa clocotită se bat ouăle întregi cu zahăr şi vanilie, pe foc. Se bate mereu până începe să se îngroaşe. Se adaugă ciocolata muiată pe marginea maşinii cu o lingură de apă sau două linguri de cacao frecate cu puţin lapte. Când crema este gata, se dă la o parte, amestecând mereu până se răcoreşte. Se freacă spumă untul, apoi se amestecă încet cu crema, după ce aceasta s-a răcit complet. Se aşază foile unele peste altele, între ele punând cremă. Ultima foaie se lasă la o parte până se glasează cu zahăr ars. Se arde zahărul într-o cratiţă la foc iute. Când zahărul s-a topit complet şi începe să se închidă la culoare, se toarnă pe foaia de tort şi se întinde repede cu ajutorul unui cuţit lung, înfierbântat, până nu se răceşte. Dacă totuşi se răceşte, se introduce foaia de tort o clipă la cuptor, pentru ca muindu-se zahărul, să se poată întinde bine. Cât timp se glasează, se ţine foaia de tort pe o placă unsă cu ulei, pentru ca picăturile de zahăr care curg pe margini să nu se lipească pe masă.

Tot cu ajutorul cuţitului, până nu se răceşte complet zahărul, se înseamnă feliile de tort, apăsând bine, pentru a se tăia uşor tortul. Foaia astfel glasată se aşază deasupra.

659. TORT CU MARMELADĂ

200 g făină, 2 linguri zahăr, 2 linguri miere, 1 ou, 1 lingură unt topit, 1 pachet praf de copt, un praf de sare, 250 g marmeladă, 100 g nuci.

Se cerne făina pe masa de aluat, se face loc la mijloc, se pune zahărul, mierea, oul, untul, un pacheţel de praf de copt şi sare. Se frământă un aluat, se fac şase foi care se coc în formă de tort. A doua zi se aşază tortul, întinzând marmeladă printre foi. Deasupra şi împrejur se unge cu marmeladă, se presară nuci tocate cu cuţitul şi puţin rumenite într-o tigaie, pe maşină.

660. TORT CU MARMELADĂ ŞI CU CREMĂ

300 g făină, 1 gălbenuş, 5 linguri zahăr, 2 linguri oţet de vin (să nu fie prea acru), 2 linguri ulei, 1 lingură untură, 4 linguri lapte, 1 pachet praf de copt, un praf de sare. Crema: ¼ l lapte, 1 ou, 1/2 lingură făină, 2 linguri zahăr, vanilie, 250 g marmeladă.

Se ceme făina pe masa de aluat, se face loc la mijloc şi se pune gălbenuşul, oţetul, uleiul, untura, laptele, un pacheţel de praf de copt şi sare. Se frământă bine aluatul şi se împarte în şase părţi egale. Se întind foile pe rând, de rnărimea tăvii şi se coc la foc potrivit. Din timp se face o cremă de vanilie din lapte, un ou, făină, zahăr şi puţină vanilie. Se amestecă toate împreună şi se fierb pe maşină până se îngroaşe crema. Se freacă bine să nu se facă cocoloşi. Se aşază o foaie de tort pe farfurie, se unge cu marmeladă, deasupra se pune a doua foaie care se unge cu cremă şi aşa mai departe se aşază foile alternând un rând de marmeladă cu unul de cremă. Deasupra şi împrejur, se acoperă tortul cu cremă.

661. TORT FĂRĂ OU

140 g făină, 140 g nuci măcinate, 140 g zahăr pisat, 150 g unt proaspăt, 1 lingură îapte, 1 praf de sare, 250 g marmeladă, 100 g nuci tocate.

Se frământă pe masa de aluat făina cu nucile măcinate, zahărul pisat, untul proaspăt, laptele şi sarea. Se face un sul gros care se împarte în cinci părţi, se acoperă cu un şervet şi se lasă să stea o oră la răcoare. Fiecare bucată se întinde pe rând, pe fundul formei de tort, presărat cu făină, şi se coace la cuptor la foc potrivit. Foile coapte se desprind cu grijă pe margini, cu un cuţit ascuţit. Când toate foile sunt coapte, se pune între ele un strat subţire de marmeladă de caise. Deasupra, peste stratul de marmeladă, se presară nuci prăjite puţin şi tocate mărunt. În loc de marmeladă se poate glasa cu ciocolată (v. 72,8).

662. TORT DE ALBUŞ

8 albuşuri, 150 g unt proaspăt, 300 g zahăr pudră, 150 g făină, vanilie, unt pentru uns forma, 100 g nuci.

Se freacă spumă untul proaspăt, se adaugă încet zahărul pudră şi făina. Separat se bat opt albuşuri spumă cu un praf de sare şi se amestecă uşor cu crema de unt. Se toarnă compoziţia într-o formă de tort unsă cu unt şi presărată cu migdale sau cu nuci tăiate în lung. Se coace la foc potrivit.

663. TORT DE BEZELE

8 albuşuri, 400 g zahăr pudră, unt pentru uns tava. Crema: 1 lingură cu vârf de cacao, 3 linguri făină, 4 linguri zahăr, 1/2 l lapte, 100 g unt proaspăt, rom sau esenţă de portocale.

Se bat opt albuşuri spumă şi se adaugă, amestecând uşor, zahărul pisat. Se coc pe rând patru foi, întinzând albuşul potrivit de gros pe fundul tăvii de tort, bine uns cu unt şi presărat cu făină. Se scot foile numai după ce s-au răcorit complet, altfel se sfărâmă. Se fac separat câteva bezele mici, pentru garnitură.

Între foi se pune următoarea cremă: se freacă cacao cu o lingură două de lapte, până se moaie complet Se adaugâ zahărul, apoi făina, frecând continuu, şi se toarnă laptele clocotit. Se pune cratiţa pe maşină şi se ţine până începe să fiarbă. Se amestecă mereu ca să nu se prindă de fund şi să nu rămână nici un cocoloş. Când este destul de legată, se dă la o parte şi după ce s-a răcorit, se pun pe rând bucăţele mici de unt frecând mereu, până ce se introduce tot untul şi crema a devenit spumoasă. Se adaugă rom sau esenţă de portocale.

În loc de crema de mai sus, se poate pune între foile de bezele numai frişcă bătută cu zahăr. Tortul se aşază cu o oră înainte de a fi servit; dacă aşteaptă mai mult, foile de bezele se moaie prea tare.

664. TORT DE BISCUIŢI CU ZAHĂR ARS

1/2 kg biscuiţi, 1 l lapte, 8 linguri zahăr, 2 linguri făină, 1 lingură rom, vanilie, 100 g nuci sau frişcă.

Se ard într-o cratiţă patru linguri de zahăr care se sting cu puţină apă fierbinte. Se lasă pe colţul maşinii până se dizolvă tot zahărul. Separat se rnoaie făina cu o ceaşcă de lapte rece, amestecând bine, până se desface toată făina. Se mai toarnă lapte rece, completând până la un litru. Se amestecă cu siropul de zahăr ars, adăugând şi patru linguri de zahăr, o lingură de rom şi puţină vanilie. Se ţine pe foc până începe crema să se îngroaşe. Se dă la o parte şi se adaugă biscuiţii sfărâmaţi în bucăţele mici. Se amestecă uşor cu o lingură şi se dau la rece până ce se pătrund bine cu cremă. A doua zi se aşază compoziţia pe o farfurie rotundă sau dreptunghiulară, iar deasupra se presară nuci tocate, prăjiite puţin pe maşină, sau se acoperă tortul cu frişcă bătută.

665. TORT DE BISCUIŢI CU CREMĂ DE VIN

1*/2* kg biscuiţi, 1 l lapte, 8 linguri zahăr, 2 linguri făină, 4

gălbenuşuri, ½ pahar vin. Cremă: 4 albuşuri, 4 linguri zahăr, 2 linguri marmeladă.

Se freacă într-o cratiţă patru linguri de zahăr, făina şi gălbenuşurile peste care se toarnă laptele clocotit. Se pune pe foc, se amestecă şi când începe crema să se îngroaşe, se adaugă 1/2 pahar cu vin. Se pun într-un castron biscuiţii rupţi în bucăţi mici. Deasupra se toarnă crema de vin fierbinte. Se dă la rece.

A doua zi se aşază compoziţia pe o farfurie rotundă, în formă de tort, sau dreptunghiulară. Se bat albuşurile spumă cu patru linguri de zahăr şi marmeladă şi se acoperă tortul complet cu această spumă. Se serveşte.

666. GUGULUF

4 ouă, 400 g făină, 2 linguri zahăr, 25 g drojdie, 175 g unt proaspăt, 2 linguri lapte, vanilie, 1/2 linguriţă sare; 50 g stafide, 1 lingură rom, unt pentru uns forma, 100 g migdale sau nuci.

Este o prăjitură uşor de făcut, dar pentru ca să crească frumos trebuie ca materialul întrebuinţat să fie puţin cald, adică nici untul, nici ouăle, nici făina să nu fie ţinute la răcitor sau într-o cameră rece. Se cerne făina într-un vas încăpător. Se face loc la mijloc şi se pun sarea şi zahărul pisat. Separat se moaie drojdia cu puţin lapte (dacă este prea fierbinte, drojdia se opăreşte şi nu mai creşte). Când s-a muiat, se toarnă în gaura făcută în făină. Se adaugă ouăle întregi şi untul proaspăt, puţin bătut cu o lingură.

Se frământă totul bine cu mâna şi la sfârşit se adaugă stafidele fără sâmburi şi o lingură de rom. Aluatul trebuie să fie moale. Din când în când se dau mâinile în făină, pentru a se desprinde uşor de pe degete şi pentru a putea fi aşezat în formă. Se unge bine cu unt o formă cu gaură la mijloc, de preferinţă o formă specială de pământ, se presară atât pe fund cât şi pe pereţi cu migdale curăţite şi tăiate în lung, se pune aluatul astfel încât să ocupe jumătate din formă. Se lasă să crească la loc cald şi ferit de curent. Se unge deasupra cu ou şi se coace la foc potrivit. Spre sfîrşit, focul trebuie să fie moale. Se ţine circa o oră, iar dacă se rumeneşte deasupra înainte de vreme, se acoperă cu o foaie de hârtie umezită. Se răstoarnă şi se presară cu zahăr pisat.

667. TURTĂ DULCE

350 g miere, 350 g făină, 3 ouă, 3 linguri zahăr, 1/2 linguriţă bicarbonat, un vârf de linguriţă de scorţişoară, un vârf de linguriţă de cuişoare, 1 lingură rom, 1 lingură ulei, 3/4 pahar de nuci, unt sau ulei pentru uns tava.

Se pune mierea în vasul în care se va pregăti compoziţia şi se amestecă pe marginea maşinii până se moaie. Se dă la o parte, se pune zahărul, făina cernută, câte puţin odată. şi după ce s-a mai

răcorit, ouăle întregi, pe rând. Se freacă totul bine, se mai adaugă bicarbonatul proaspăt cernut, apoi cuişoare şi scortişoară pisată, rom, ulei şi nuci curăţite, nesfărâmate. Se unge o tavă cu unt, se toarnă compoziţia, se pun deasupra bucăţi de nucă şi se coace la foc potrivit.

668. TURTĂ DULCE FĂRĂ OUĂ

450 g făină, 250 g zahăr, 1/2 pahar apă, 1 linguriţă bicarbonat, un vârf de linguriţă de scorţişoară, 1 vârf de linguriţă de cuişoare, 1 pahar nuci, coajă de portocale, ulei pentru uns tava.

Se ard într-o cratiţă 150 g zahăr şi se sting cu 1/2 pahar de apă. Se amestecă cu 100 g zahăr. Se cerne într-un castron făina, se toarnă încet siropul amestecând bine, se adaugă bicarbonatul proaspăt cernut, scorţişoara şi cuişoarele pisate, iar la sfârşit nucile şi puţină coajă rasă **de** portocale sau **coajă de portocale** zaharisită **(lisă de por**tocale). Se unge tava cu ulei, se toarnă compoziţia şi se coace la foc potrivit.

669. CHEC

4 ouă, 1 1/4 ceaşcă de făină, 1 ceaşcă de zahăr, 2 linguri apă caldă, un vârf de linguriţă scorţişoară, un vârf de linguriţă praf de copt, un praf de sare, coajă de lămâie, unt pentru uns forma.

Se freacă gălbenuşurile cu zahărul şi scorţişoara pisată. Se adaugă încet făina, două linguri de apă călduţă, sarea, praful de copt, cele patru albuşuri spumă şi puţină coajă rasă de lămâie. Se unge o formă dreptunghiulară cu unt, se presară cu făină, se pune compoziţia şi se coace la foc potrivit circa o oră. Se taie felii după ce s-a răcit.

670. ALT FEL DE CHEC

3 ouă, 50 g unt proaspăt, 225 g zahăr pudră, 125 g lapte, 225 g făină, 1 pachet praf de copt, unt pentru uns forma.

Se freacă spumă untul proaspăt, se adaugă zahărul pisat sau tos, fin cernut, şi gălbenuşurile puse pe rând. Se pregăteşte laptele rece şi făina cernută, în care s-a amestecat un pachet de praf de copt. Când untul a cuprins bine gălbenuşurile şi zahărul, se pune alternând lapte şi făină, amestecând continuu. La sfârşit se adaugă cele trei albuşuri bătute spumă. Se unge cu unt o formă rotundă de tort sau una dreptunghiulară, se toarnă compoziţia şi se coace la foc bun. Se taie după ce s-a răcorit.

671. PANDIŞPAN

6 ouă, 6 linguri zahăr vanilat, 6 linguri făină, unt pentru uns forma.

Se bat ouăle întregi cu zahărul vanilat, bine de tot, până se fac ca o cremă, iar volumul lor a crescut de 2 — 3 ori. Se adaugă făina. Se mai amestecă puţin, se toarnă într-o formă unsă cu unt şi tapetată cu hârtie şi se coace la foc potrivit, o oră.

*** ALT FEL DE PANDIŞPAN**

Aceleaşi cantităţi ca mai sus.

Se bat albuşurile spumă. Se adaugă zahărul vanilat şi se bate bine, astfel încât albuşul să se întărească ca pentru bezele. Separat se strivesc într-o farfurie gălbenuşurile, se amestecă cu albuşul, se adaugă făina, amestecând totul uşor. Se unge o formă bine cu unt, se presară făina, se toarnă compoziţia şi se coace o oră la foc potrivit. Cantităţile se pot mări după dorinţă.

672. PÂINE DE ALBUŞ

12 albuşuri, 1 pahar zahăr pisat, 1 pahar făină, 1 pahar nuci amestecate cu stafide, unt pentru uns forma.

Se bat albuşurile spumă, adăugând încet zahărul pisat. Se adaugă făina şi un pahar de nuci amestecate cu stafide. Se toarnă compoziţia într-o formă dreptunghiulară, unsă cu unt şi presărată cu făină. Se coace la foc potrivit circa o oră. Când este gata se răstoarnă, şi după ce s-a răcit, se taie felii subţiri. Este mai gustoasă a doua zi.

673. PRĂJITURĂ CU NUCĂ

3 ouă, 250 g zahăr, 150 g făină, 150 g nuci, coajă de lămâie sau de portocală, unt pentru uns tava.

Se bat ouăle întregi cu zahărul, pe marginea maşinii. Se adaugă făina, nucile tăiate mărunt cu cuţitul (nu trecute prin maşină) şi puţină coajă rasă de lămâie sau de portocală. Se unge cu unt tava, se presară făină, se toarnă compoziţia într-un strat subţire. Se coace la cuptor, la foc potrivit.

674. CHEC CU STAFIDE

5 ouă, zahăr cât cântăresc ouăle, aceeaşi cantitate de făină şi de stafide amestecate cu nuci sau cu migdale, coajă de lămâie, unt pentru uns forma.

Se bat bine cinci ouă întregi cu atât zahăr cât cântăresc ouăle. Se adaugă încet aceeaşi cantitate de făină cernută, aceeaşi cantitate de stafide amestecate cu migdale curăţite şi taiate fin, cum şi puţină coajă rasă de lămâie. Se unge o formă dreptunghiulară cu unt, se presară făină, se toarnă compoziţia, se pun câteva migdale tăiate deasupra şi se coace circa o oră la foc potrivit.

675. CHEC CU RAHAT

2 ouă, 280 g făină, 200 g zahăr, 150 g ulei, 150 g lapte, 1/2 linguriţă bicarbonat, 4 — 5 bucăţi rahat, ½ pahar nuci amestecate cu stafide, coajă de portocale din dulceaţă, unt pentru uns forma.

Se freacă ouăle cu zahărul până ce volumul creşte simţitor. Se adaugă treptat uleiul şi laptele, bicarbonatul proaspăt cernut şi făina, iar la sfârşit nuca şi stafidele. Se unge forma cu unt şi se presară

făină. Se toarnă o parte din compoziţie, se aşază bucăţile de rahat (după ce au fost făcute mici suluri cu mâna), se toarnă restul de compoziţiie. Se coace circa o oră la foc potrivit.

676. CHEC CU MARMELADĂ

1/2 kg marmeladă, 2 linguri lapte sau apă, 2 linguri ulei, 220 g făină, 2 linguriţe rase bicarbonat, 2 linguri rom, vanilie, 150 g nuci, 2 linguri fructe din dulceaţă (facultativ), ulei pentru uns forma.

Se freacă marmelada cu două linguri de lapte (sau de apă) până se face ca o cremă. Se adaugă uleiul, făina, bicarbonatul, vanilia şi rom după gust. Când pasta este bine amestecată, se adaugă 150 g nuci tăiate în lung, precum şi 1 — 2 Iinguri de fructe zaharisite (sau din dulceaţă) tăiate mărunt şi puse mai întâi la macerat cu puţin rom. Se unge o formă de tablă, dreptunghiulară, cu unt sau cu ulei, se presară făina şi se toarnă compoziţia. Se coace la foc potrivit (mal mult moale) circa o oră. Se încearcă cu un pai (dacă s-a copt nu se lipeşte miezul) Şi către sfârşit, dacă este necesar, se acoperă cu o hârtie. Când este coaptă se răstoarnă şi după ce s-a răcit complet, de preferinţă a doua zi, se taie felii.

677. RULADĂ CU MARMELADĂ DE MERE

150 g făină, 125 g unt, 2 gălbenuşuri, drojdie cît o nucă, 1 lingură zahăr, un praf de sare, 3 lin-guri marmeladă de mere.

Se amestecă pe masa de aluat făina cu untul, se face loc la mijloc, se pun gălbenuşurile, sarea şi drojdia muiată cu o lingură de zahăr. Se frământă aluatul. Se lasă să se odihnească o jumătate de oră. Se întinde o foaie destul de subtire, deasupra se pune marmeladă de mere în strat de asemenea foarte subţire, se rulează, se dă la cuptor la foc potrivit. După ce s-a răcit, se taie felii groase de un deget.

678. RULADĂ CU CREMĂ

4 gălbenuşuri, 3 albuşuri, 75 g zahăr, 75 g făină, 1 lingură unt topit pentru cremă, v. 728.

Se freacă bine într-un castron gălbenuşurile cu zahărul, până se albesc. Se adaugă făina, albuşurile bătute spumă şi la sfârşit untul topit. Se aşterne într-o tavă o hârtie albă, se toarnă compoziţia cât mai subţire şi egal întinsă. Se coace la foc bun. Se întoarce împreună cu tava pe masa de aluat şi se lasă aşa până se răceşte, pentru a nu se usca. Când s-a răcorit, se umple cu o cremă de unt (v. 728), se face sul şi se taie felii. Se poate servi şi întreagă. În acest caz se glasează cu o glazură potrivită cu umplutura.

679. PRĂJITURĂ CU ULEI

2 linguri miere, 1 vârf de linguriţă bicarbonat, 200 g făină, 4 linguri ulei, 20 g drojdie, un praf de sare, 3 linguri marmeladă,

3 linguri nuci, 1 lingură zahăr.

Se freacă într-o cratiţă mică pe maşină mierea cu bicarbonatul, ţinându-se până ce mierea a devenit lichidă.

Se cerne făina pe masa de aluat, se face loc la mijloc, se pune mierea, uleiul, drojdia muiată cu puţină apă şi un praf de sare. Se frământă aluatul şi se lasă să se odihnească o jumătate de oră. Se împarte apoi în două, se întind pe rând două foi, se ung cu un strat subtire de marmeladă şi se presară cu nuci măcinate, amestecate cu puţin zahăr. Se rulează fiecare foaie nu prea strâns, se aşază amândouă ruladele în tavă, se taie în felii groase de două degete şi se coc la foc potrivit.

680. PRĂJITURĂ CU CAISE

150 g făină, 100 g unt, 100 g zahăr, 1 ou, un praf de sare, caise cît se cer, zahăr tos pentru caise. Compoziţia a doua: 3 ouă, 3 linguri zahăr, 3 linguri făină.

Se cerne făina pe masa de aluat. Se face loc la mijloc şi se pune untul, zahărul, un ou, sare. Se întinde o foaie de mărimea tăvii de copt, se dă la cuptor şi se coace pe jumătate. Se pregătesc dinainte caisele tăiate în două, necojite. Se aşază cu partea în care a stat sâmburele în sus şi se umple golul cu puţin zahăr. Se dă din nou la cuptor până ce s-a topit zahărul şi fructele încep să se moaie. Între timp se freacă cele trei gălbenuşuri cu zahăr, se adaugă făina şi la urmă cele trei albuşuri bătute spumă. Se toarnă compoziţia peste fructe, se coace la foc potnvit. Se taie calde în romburi sau în dreptunghiuri. În loc de caise se pot pune prune, vişine, fragi etc.

681. PRĂJITURĂ CU VIŞINE

5 ouă, 150 g zahăr, 1/2 linguriţă bicarbonat, 100 g pesmet, 1/2 kg vişine, unt pentru uns forma.

Se spală şi se scot sâmburii la 1/2 kg vişine. Se pun în sita de macaroane şi se lasă să se scurgă de zeamă. Se freacă gălbenuşurile cu zahărul până ce cresc ca o spumă. Se pune bicarbonatul, cele cinci albuşuri bătute spumă, pesmetul fin cernut şi la urmă vişinile. Se pregăteşte din vreme o formă unsă cu unt şi presărată cu făină. Se toarnă compoziţia şi se coace la foc mic. După ce s-a mai răcorit, se taie şi se scoate din formă. În loc de 100 g de pesmet se pot întrebuinţa 50 g pesmet şi 50 g făină, sau 25 g pesmet, 50 g nuci pisate şi 25 g făină.

682. SCOARŢĂ DE NUCĂ

3 ouă, 1 pahar zahăr, 3/4 pahar făină, 1 pahar nuci.

Se freacă gălbenuşurile cu zahărul până se albesc, se adaugă făina, nuca tăiată în lung cât mai subţire şi la sfârşit cele trei albuşuri bătute spumă. Compoziţia se toarnă într-o tavă unsă cu unt şi presărată cu făină. Se coace la foc potnvit. Când este gata se presară cu zahăr tos, apoi se taie caldă, în romburi.

683. BISCUIŢI CU STAFIDE
2 ouă, 125 g unt proaspăt, 125 g zahăr, 125 g făină, 125 g stafide, 3 linguri rom, unt pentru uns tava.

Se aleg stafidele, se spală şi se pun într-o ceaşcă cu trei linguri de rom. Se lasă să stea cel puţin o jumătate de oră. Se freacă separat untul cu zahărul pisat până se face ca o cremă. Se adaugă pe rând două ouă, apoi 125 g de făină şi la sfârşit stafidele cu romul. Se unge cu unt o tavă de tablă groasă şi se pun cu linguriţa mici grămăjoare, la distanţă de 2 — 3 cm unele de altele, deoarece se lăţesc mult la foc. Se dau la cuptor, la foc potrivit. Imediat ce încep să se rumenească, se scot cu ajutorul unui cuţit.

684. BISCUIŢI CU VANILIE
3 ouă, 1/2 pahar zahăr vanilat, 1/2 pahar făină.

Se freacă gălbenuşunle cu zahărul vanilat până se albesc. Se adaugă făina şi cele trei albuşuri spumă. Se unge cu unt o tavă de tablă groasă. Se pune câte o linguriţă din compoziţie la distanţa de 2 — 3 cm unele de altele şi se ţin foarte puţin la foc iute, până încep să se rumenească pe margini. Pe măsură ce sunt gata, se scot cu un cuţit şi se sucesc cât sunt fierbinţi, fie în formă de cornet, fie sul. Se pot umple cu cremă de nuci, de ciocolată sau de cafea.

* **ALT FEL DE BISCUIŢI CU VANILIE**
4 ouă, 125 g unt proaspăt, 200 g zahăr vanilat, 210 g făină.

Se freacă untul până se face spumă. Se adaugă pe rând patru gălbenuşuri, apoi 200 g zahăr vanilat, frecând continuu, până se face ca o cremă. Se mai adaugă 210 g făină fină, spuma de la cele patru albuşuri, amestecând uşor. Se unge o tavă cu unt, se pune câte puţin din compoziţie cu linguriţa sau cu cornetul, se dau la cuptor să se coacă la foc potrivit.

685. LIMBI DE PISICĂ
160 g făină, 140 g zahăr vanilat,,125 g unt, o linguriţă lapte, 2 albuşuri.

Se amestecă făina cu zahărul vanilat. Se cern împreună pe o hârtie. Se freacă untul cu laptele până se face spumă. Se adaugă făina şi zahărul, amestecând cu lingura de lemn, la sfârşit două albuşuri bătute spumă. Cu această compoziţie se umple cornetul de hârtie, sau un cornet special de pânză care are la vârf o deschizătură de jumătate centimetru diametru. Se pun pe o tavă cu fundul gros, beţişoare lungi de 10 cm, lăsând o distanţă de 3 cm între ele (deoarece se întind mult la copt). Se coc la foc potrivit şi se scot din tavă cu un cuţit, pe măsură ce sunt gata.

*** ALT FEL DE LIMBI DE PISICĂ**
150 g făină, 150 g zahăr vanilat, 150 g frişcă sau , smântână, 3

albuşuri.

Se amestecă făina cernută cu zahăr vanilat şi cu frişca sau cu smântâna subţiată cu puţin lapte. Se adaugă albuşurile bătute spumă şi se procedează ca mai sus.

686. BEZELE

4 albuşuri, 200 g zahăr, unt pentru uns tava.

Se bat albuşurile într-un căzanel sau într-o oală, pe marginea maşinii, se amestecă cu zahărul vanilat şi se bat din nou până se ţine albuşul bine. Compoziţia trebuie să fie destul de tare, astfel încât bezelele aşezate pe tavă să nu se întindă. Se unge o tavă cu unt, se presară cu făină, se pun bezelele, fie cu cornetul, fie cu o linguriţă, potrivit de mari, ţinând seamă că ele cresc la copt. Se coc la foc foarte moale, circa o jumătate de oră, având grijă să nu se îngălbenească. După ce s-au răcorit puţin, se scot cu un cuţit din tavă şi se servesc fie simple, fie lipite câte două, cu frişcă bătută sau cu îngheţată la mijloc. Pentru aceasta, pe măsură ce se scot, se apasă uşor fundul cu degetul cel mare, ca să formeze un fel de scobitură, în care să intre mai multă frişcă. Aceasta se pune cu linguriţa. Bezelele pentru servit cu îngheţată se fac ovale.

687. CUIBURI DE RÂNDUNELE

4 albuşuri, 200 g zahăr, 200 g migdale sau nuci, unt pentru uns tava.

Se bat albuşurile pe marginea maşinii. Când sunt gata, se pune zahărul pisat şi se bat din nou împreună. Se adaugă migdale curăţite de coajă şi tăiate felii subţiri, sau nuci tăiate în lung. Se unge o tavă cu unt, se presară făină şi se pun mici moviliţe cu linguriţa. Se coc o jumătate de oră, la foc mic. Se scot calde, cu un cuţit.

688. MACAROANE

300 g migdale sau nuci, 4 albuşuri, 350 g zahăr, 50 g smântână.

Se dau prin maşină migdale curăţite de coajă sau nuci şi se freacă bine cu două albuşuri nebătute. Se adaugă zahărul, smântâna proaspătă şi la sfîrşit spuma de la două albuşuri. Compoziţia trebuie să fie potrivit de moale, dar să nu se întindă. Se toarnă cu cornetul pe o foaie de hârtie albă, turtiţe de 3 — 4 cm diametru. Se umezesc cu o pensulă cu apă, se presară zahăr pudră, se aşază cu hârtia în tavă şi se coc la foc slab. Se scot cât sunt calde, umezind uşor hârtia pe dos. Când sunt gata, aceste prăjituri rămân puţin cleioase la mijloc. Înainte de a se introduce în cuptor, pe fiecare turtiţă se poate pune un bob de vişină sau de cireaşă, din dulceaţă.

689. PESMEŢI ECONOMICI

350 g făină, 3 linguri ulei, 100 g zahăr vanilat, 2 ouă, 2 linguriţe oţet, 1/2 pachet praf de copt, un praf de sare.

Se cerne făina pe masa de aluat. Se face loc la mijloc şi se pune uleiul, zahărul vanilat, două ouă, două linguriţe de oţet, praful de copt şi sarea.

Se face un aluat destul de îndesat; se întinde foaia ca de tăiţei, se taie diferite forme şi se coc la foc potrivit.

690. PESMEŢI FLORINA

250 g făină, 1 ou, 3 linguri caimac, 75 g zahăr pisat, un vârf de linguriţă de bicarbonat, 65 g unt proaspăt, un praf de sare, vanilie.

Se cerne făina pe masa de aluat, se face loc la mijloc şi se pun: caimacul, oul, zahărul pisat, bicarbonatul proasput cernut, sare, vanilie. Se amestecă întâi cu o lingură, se mai adaugă unt proaspăt tăiat bucăţele şi se frământă apoi bine aluatul cu mâna. Se lasă o oră la rece să se odihnească. Se întinde o foaie ca de tăiţei, se taie forme pătrate de mărimea biscuiţilor din comerţ, se înţeapă deasupra cu o furculiţă şi se coc la foc potrivit.

691. PESMEŢI DELICIOŞI

560 g făină, 250 g unt proaspăt, 150 g zahăr pudră, 1 ou, 1 lingură lapte, 1 pachet praf de copt, un praf de sare, vanilie.

Se cerne făina pe masa de aluat. Se face loc la mijloc şi se pune untul, care se frământă cu o parte din făină. Când untul s-a muiat se adaugă zahărul vanilat, o lingură de lapte, oul, un praf de sare şi un pachet de praf de copt.

Se frământă totul la un loc şi se dă la rece să se întărească. După o oră, se ia jumătate din aluat, se întinde foarte subţire şi se taie pesmeţi de diferite forme (nu se lucrează toată foaia odată deoarece aluatul se întinde greu). Se coc la foc potrivit şi se scot din tavă pe măsură ce sunt gata. Din cantităţile de mai sus ies foarte mulţi pesmeţi, care se păstrează la rece câteva săptămâni, fără să piardă din gust şi din frăgezime.

692. PESMEŢI CU IAURT

1 pahar iaurt sau lapte bătut, 2 linguri ulei, 1 lingură zahăr, vanilie, 1 linguriţă de bicarbonat, un praf de sare, făină cât se cere.

Se bate un pahar de lapte bătut sau de iaurt, cu ulei şi zahăr până se face ca o cremă. Se adaugă bicarbonatul proaspăt cernut, sare, vanilie şi făină cât se cere. Se frământă şi se face un aluat potrivit de moale. Se întinde pe masa de aluat presărată cu făină, o foaie groasă de 1/2 cm, se taie forme rotunde, se aşază pe tavă, se coc la foc bun.

693. PESMEŢI CU SCORŢIŞOARĂ

1 ceaşcă caimac, 2 ouă, 3 linguri unt topit, 3 linguri zahăr vanilat, 1/2 linguriţă scorţişoară, 1/2 linguriţă bicarbonat, 1/2

linguriţă sare, făină cât se cere (circa 500 g).

Se freacă o ceaşcă de caimac cu două ouă, unt topit, zahăr vanilat, scorţişoară, bicarbonat proaspăt cernut şi sare. Se pune pe masă făină, se face loc la mijloc şi se toarnă compoziţia de mai sus. Se frământă cu mâna, făcând un aluat potrivit de tare. Se adună la un loc, se acoperă cu un şervet şi se lasă o jumătate de oră la rece să se odihnească. Se întinde o foaie groasă de 1/2 cm, se taie forme mici, se presară zahăr şi se coc la foc potrivit.

694. PESMEŢI CU NUCI

200 g făină, 200 g nuci, 200 g zahăr, 2 ouă întregi, 1 gălbenuş, coaja rasă şi zeama de la 1/2 lămâie, un praf de sare.

Se face un aluat din făină, nuci trecute prin maşină, zahăr, sare, două ouă întregi şi un gălbenuş, coaja rasă şi zeama de lămâie. Se frământă bine, Se întinde o foaie groasă de 1/2 cm, se taie forme mici şi se aşază într-o tavă unsă cu unt. Se presară cu zahăr, se coc la foc potrivit.

695. PESMEŢI DE NURENBERG

250 g zahăr, 250 g miere, 500 g făină, 2 ouă, 100 g nuci, 1 linguriţă rasă cuişoare, 1 linguriţă rasă scorţişoară, 2 linguriţe bicarbonat.

Se opăreşte zahărul pisat cu 250 g miere clocotită. Se amestecă şi după ce s-a mai răcorit, se adaugă făina, ouăle, nuci sau migdale măcinate, cuişoare pisate, scorţişoară şi bicarbonat proaspăt cernut. Se frământă bine. Se lasă aluatul să se odihnească cel puţin două ore. Se întinde o foaie potrivit de subţire, se taie diferite forme, care se coc în tavă unsă cu unt şi presărată cu făină.

696. RULOURI CU MARMELADĂ

150 g brânză de vacă, 150 g ulit, 150 g făină, 2 linguri rase zahăr, un praf de sare, un vârf de linguriţă bicarbonat, 2 linguri marmeladă şi ou pentru uns deasupra.

Se face un aluat din brânză de vacă, unt, făină, zahăr, sare şi bicarbonat. Se frământă bine, se întinde o foaie groasă ca de tăiţei, se taie dreptunghiuri potrivit de mari, se ung cu marmeladă, se fac sul, se ung cu ou, se presară zahăr şi se coc la foc potrivit.

697. CORĂBIOARE

250 g făină, 120 g zahăr vanilat, 2 gălbenuşuri, 2 linguriţe apă rece, 200 g unt proaspăt, un praf de sare.

Se cerne pe masa de aluat făina amestecată cu zahăr pisat şi vanilat. Se face loc la mijloc şi se pun gălbenuşurile, două linguriţe de apă rece, untul proaspăt tăiat în bucăţi şi un praf de sare. Se frământă repede un aluat care se lasă o jumătate de oră să se odihnească la rece. Se întinde pe masa de aluat presărată cu puţină făină, o foaie groasă de 1/2 cm. Se taie forme rotunde sau romburi care se coc pe o

tavă, la foc potrivit, mai mult slab. Nu trebuie să se rumenească. Aluatul de corăbioare trebuie frământat repede la loc rece, pentru ca untul să nu se moaie de căldura mâini.

*** ALT FEL DE CORĂBIOARE**
250 g făină, 125 g zahăr vanilat, 125 g unt proaspăt, 1 gălbenuş, un praf de sare.

Se frământă aluatul şi se pregătesc la fel ca mai sus.

698. SĂRĂŢELE
150 g unt proaspăt, 150 g făină, 150 g cartofi fierţi, un praf de sare, 1 ou pentru uns deasupra şi o linguriţă de mac sau de susan.

Se face un aluat din unt proaspăt, făină, cartofi fierţi trecuţi prin maşina de carne şi sare. Se frământă un aluat potrivit de tare, se întinde o foaie groasă de 1/2 se unge cu ou, se taie fâşii de 1/2 cm lăţime şi 12 cm lungime, se presară deasupra, după gust, chimen, mac sau susan şi sare grunzoasă, se aşază unele lângă altele pe tava presărată cu făină şi se coc la foc potrivit.

* **ALT FEL DE SĂRĂŢELE**
150 g făină, 150 g cartofi fierţi, ½ pachet praf de copt, un praf de sare, lapte sau apă.

Se cerne pe masa de aluat făina, se face loc la mijloc, se pun cartofii fierţi şi daţi prin maşină, sarea, praful de copt şi puţin lapte sau apă, cât se cere la frământat pentru ca aluatul să iasă potrivit de tare. Se procedează apoi la fel ca mai sus.

699. SĂRĂŢELE CU CHIMEN
250 g făină, 100 g unt, 2 ouă, 1 lingură lapte, 1 lingură smântână, 1/2 linguriţă sare, 1 lingură chimen.

Se cerne pe masa de aluat făina şi se amestecă cu untul proaspăt. Se face loc la mijloc şi se pune un ou, o lingură de lapte, o lingură de smântână şi sare. Se frământă, apoi se lasă la rece să se întărească. Se fac beţişoare cât se poate de subţiri, care se dau prin ou, sare şi chimen şi se coc la cuptor, la foc potrivit.

700. SĂRĂŢELE DIN ALUAT FRANŢUZESC
Pentru aluat franţuzesc, v. 611, 1 ou, 2 linguri parmezan sau orice brânză rasă.

Se face un aluat franţuzesc care se întinde într-o foaie groasă de 3 — 4mm. Se taie cu cuţitul fâşii late de 10 — 12 cm. Se ung cu ou, se presară parmezan ras. Aceste fâşii se taie în lăţime în benzi de 2 cm. Se apucă fiecare de amândouă capetele, se răsucesc odată şi se aşază pe tava umezită cu apă. Se coc la foc bun.

701. OCHELARI

Un rest de aluat franţuzesc (v. 611). Pentru 200 g aluat: 3 linguri zahăr pudră, un sirop din 1/2 dl apă, 150 g zahăr şi o linguriţă glucoză.

Aluatul franţuzesc rămas nefolosit de la altă prăjitură se adună la un loc. Se întinde o foaie potrivit de subţire şi cât mai pătrată. Se presară cu zahăr, se pătureşte în trei, aşa cum s-a arătat la aluatul franţuzesc. Se repetă încă o dată această operaţie presărând şi de data aceasta foaia cu zahăr. Se întinde din nou foaia pătrată, se întorc de două ori înăuntru marginile, astfel încât îndoiturile să se atingă pe mijlocul foaiei. Cele două părţi se întorc apoi una peste cealaltă, ca şi sum s-ar închide o carte. Aluatul astfel împăturit se taie în fâşii late de 1 cm, care se aşază pe tavă cu tăietura în sus. Între ele se lasă loc, ca să aibă unde creşte. Când încep să se rumenească pe o parte, se întorc pe cealaltă, ca să nu se ardă zahărul. Între timp se face un sirop potrivit de legat, din apă, zahăr şi glucoză. Când pesmeţii sunt gata, se introduc pe rând în siropul fierbinte şi se scot imediat.

702. PIŞCOTURI

120 g zahăr, 80 g făină, 5 albuşuri, 3 gălbenuşuri, 1 pachet vanilie, 2 linguri zahăr fin pentru pudrat deasupra.

Pentru ca pişcoturile să reuşească, ouăle trebuie să fie foarte proaspete şi zahărul fin cernut. De la început se pregăteşte pe o hârtie zahărul pisat, iar pe altă hârtie, făina proaspăt cernută. Se bat albuşurile spumă într-un căzănel, se toarnă încet din 1/3 zahăr, se mai bate cu telul până se întăreşte bine albuşul. Se scoate telul, se pune restul de zahăr amestecând uşor cu o lingură, apoi pe rând trei gălbenuşuri, făina cernută şi vanilată.

Se pregăteşte din timp o hârtie albă, mai groasă, de mărimea tăvii în care se vor coace pişcoturile. Se recomandă folosirea unei tăvi speciale; fără pereţi laterali. Se face un cornet de hîrtie care se taie la vârf, astfel încât să aibă o gaură cu un diametru de 1/2 cm. Se umple pe trei sferturi cu compoziţia de mai sus şi se toarnă pe hârtia dinainte pregătită pişcoturi de 10 — 12 cm lungime. Se lasă între ele un interval de 5 — 6 cm, deoarece cresc la copt. Printr-un tifon rar, se presară deasupra puţin zahăr pudră. Se apucă hârtia de un capăt şi se scutură, aplecând-o, pentru ca zahărul căzut pe hârtie să alunece afară şi se aşază încet pe tava neunsă. Se coc la foc potrivit, mai mult moale. Se ţin circa 25 de minute, în care timp trebuie să crească frumos, fără să se rumenească. Când sunt gata, se scot imediat de pe hârtie cu ajutorul unui cuţitaş şi se aşază pe farfurie, lipiţi câte doi, cu partea de pe tavă înăuntru.

703. COVRIGEI CU SCORŢIŞOARĂ

500 g făină, 250 g unt proaspăt, 50 g zahăr, 40 g drojdie, 1/2 ceaşcă lapte, coajă rasă de lămâie, 1/2 linguriţă sare, 1 linguriţă scorţişoară, zahăr şi migdale pentru presărat

deasupra.

Se moaie drojdia cu lapte călduţ. Se cerne făina pe masa de aluat sau într-un castron, se face loc la mijloc, se pune plămădeala, untul proaspăt moale, zahărul, sarea, puţină coajă rasă de lămâie. Se frământă bine şi se lasă la cald să crească. Se presară masa cu făină amestecată cu puţină scorţişoară şi se fac din aluat covrigei rotunzi. Se coc la foc bun. Când sunt aproape gata, se ung cu unt şi se presară cu zahăr şi cu migdale pisate.

704. COVRIGEI DE PLĂMĂDEALĂ

500 g făină, 125 g unt, 2 ouă întregi, 1 gălbenuş, 3 linguri zahăr, 30 g drojdie, 1/2 ceaşcă lapte, 1/2 Iinguriţă sare, zahăr şi migdale pentru presărat deasupra.

Se face ca mai sus un aluat din drojdie muiată cu jumătate ceaşcă de lapte cald, făină, imt, două ouă întregi, un gălbenuş, zahărul şi sare. Se fac covrigei rotunzi, se coc la foc iute şi când sunt aproape gata, se ung cu unt şi se presară cu zahăr şi cu migdale pisate.

705. MADELENE

3 ouă, 125 g unt proaspăt, 125 g zahăr pisat, 125 g făină, 1 linguriţă apă de flori, unt pentru uns formele.

Se pune într-o cratiţă untul proaspăt ca să se topească, fără să fiarbă. Se freacă într-un castron ouăle întregi cu zahărul pisat, până se albesc. Se adaugă apa de flori şi făina cernută, iar la urmă se toarnă încet, amestecând uşor, untul topit, observând să nu curgă şi zerul rămas în fundul cratiţei. Se ung cu unt forme mici de tablă, speciale pentru madelene, şi se toarnă din compoziţie, dar numai pe trei sferturi, deoarece cresc la copt. Se aşază toate pe o tavă de tablă şi se coc la foc potrivit. Se scot calde din forme şi se pun pe sită să se răcească.

706. TARTĂ CU FRUCTE CRUDE

150 g făină, 90 g unt, 1 linguriţă zahăr, 1 ou, 1 lingură apă rece, un praf de sare.

Se cerne făina pe masa de aluat, se face loc la mijloc şi se pune o linguriţă rasă de zahăr, sare, o lingură de apă foarte rece, oul şi untul (muiat puţin cu o lingură de lemn, fără să fie frecat spumă). Se frământă repede, se adună la un loc în formă de minge şi se lasă să se odihnească la rece cel puţin două ore. Se poate lăsa din ajun până a doua zi, aluatul va fi cu atât mai fraged. Se întinde o foaie de ½ cm grosime. Se taie un rond ceva mai mare decât forma în care se va coace aluatul. Se unge această fonnă, care trebuie să aibă marginile foarte scunde, cu puţin unt. Se pune foaia de aluat apăsând cu degetul pe margini, ca să formeze o mică bordură în sus, iar restul de aluat care iese afară se taie. Se fac 4 — 5 înţepături cu vârful unui cuţit, pentru ca aerul de dedesubt să nu umfle aluatut. În acelaşi scop se

pune deasupra o hârtie unsă cu unt, iar pe ea boabe crude de mazăre, de fasole sau de porumb, pentru ca să apese aluatul. Se coace la foc potrivit; după 25 de minute, se scot hârtia şi boabele, se unge înăuntru şi pe margini cu ou bătut şi se mai dă câteva minute la cuptor ca să capete faţă. Se lasă să se răcească , şi se scoate din tavă. În loc de o singură tartă mare, se pot face la fel mai multe tarte mici, aşezând aluatul în forme mici de tablă. După ce este gata, se umple tarta cu fructe.

1. ***Cu căpşuni sau cu fragi***. Se spală uşor fructele într-o apă, se curăţă de codiţe şi se pun pe hârtie albă să se scurgă. Se aşază apoi unele lângă altele pe fundul tartei, iar pe deasupra se toarnă un sirop gros de zahăr sau un jeleu de fructe.

2. ***Cu caise***. Se spală şi se taie caisele în două, se scot sâmburii, se aşază pe tartă, se toarnă sirop. Pot fi întrebuinţate şi caisele din compot scurse de zeamă.

3. ***Cu struguri***. Se spală strugurii, se desfac boabele de pe ciorchine, se scurg, se aşază în formă şi se toarnă sirop foarte legat.

La fel se pregătesc cu vişine, cireşe, coacăze etc. Aluatul este mai fraged dacă, după ce a fost copt, este lăsat până a doua zi. În cutii de tablă se păstrează 10 — 12 zile.

* ALT FEL DE TARTĂ CU FRUCTE CRUDE

300 g făină, 200 g unt proaspăt, 100 g zahar, 3 gălbenuşuri sau 1 ou întreg şi un gălbenuş, un praf de sare.

Se face un aluat ca mai sus, din făină, unt, zahăr şi trei gălbenuşuri sau un ou întreg şi un gălbenuş. Se fac tartele la fel ca mai sus, sau se pune foaia de aluat într-o tavă dreptunghiulară. Aluatul se aşază foarte subţire în formă, deoarece se mai îngroaşă la copt. Se coace la cuptor la foc potrivit. Când este gata, se umple cu fructe ca mai sus. Acest aluat este mai fraged decât cel precedent.

707. TARTĂ CU MARMELADĂ

250 g făină, 125 g unt, 125 g zahăr, 2 ouă, 1/2 pachet praf de copt, un praf de sare, 250 g marmeladă.

Se face o cocă din făină, unt, zahăr, ouă, praf de copt şi sare, se frământă şi se lasă o oră la rece. O treime din cantitatea de aluat se lasă la o parte, iar din rest se întinde o foaie mai groasă, de mărimea tăvii de copt, se aşază în tavă iar deasupra se întinde un strat subţire de marmeladă. Din aluatul lăsat la o parte, se fac beţişoare subţiri, care se aşază peste marmeladă în formă de grilaj. Se coace la foc potrivit.

708. TARTĂ CU PRUNE NECOJITE

1 ceaşcă caimac, 1 ceaşcă făină, un praf sare, 1/2 kg prune, zahăr pentru pus deasupra.

Se face un aluat dintr-o ceaşcă de caimac, o ceaşcă de făină şi

sare. Se întinde foaia potrivit de groasă şi se aşază într-o tavă dreptunghiulară pentru copt plăcinte, umezită cu apă. Din rămăşiţele de aluat se taie câteva benzi subţiri care se aşază pe aluat de jur împrejur apăsându-le uşor cu degetul muiat în făină, ca să formeze ca o margine. Înainte de a se aşeza benzile, se va umezi uşor marginea aluatului cu o pensulă cu apă, pentru a nu se desprinde la copt.

Se spală 1/2 kg de prune, sau mai multe, după mărimea tăvii, se rup în două în lungime, fără să se desprindă de tot, se scoate sâmburele şi se aşază regulat pe aluat, cu partea dinăuntru în sus. Se pune cu linguriţa câte puţin zahăr peste fiecare prună. Se coace la foc potrivit. Când este gata, se presară cu zahăr şi după ce s-a mai răcorit, se taie bucăţi.

709. TARTĂ CU CREMĂ

125 g făină, 1 on, 60 g unt, 1 lingură apă rece, 1 linguriţă zahăr, un praf de sare. Crema: 3 ouă, 125 g zahăr, 40 g făină (2 linguri nu prea pline), 4 dl lapte, 1 lingură unt topit, 1 lingură apă de flori, un praf de sare.

Se face un aluat ca pentru tartele cu fructe (v. 706) din făină, ou, unt, apă rece, zahăr şi sare. Se aşază la fel într-o formă rotundă şi se înţeapă fundul. Pentru cremă, se freacă într-un castron zahărul cu ouăle, până se albesc. Se amestecă cu făina cernută şi totul se subţiază cu laptele scăzut sau amestecat cu puţină smântână. Se mai pune o lingură de unt topit, fără să fie fierbinte, apa de flori şi sarea. Se toarnă crema în forma îmbrăcată în aluat, astfel încât să rămână cu jumătate de deget sub marginea de sus a aluatului. Se dă la cuptor la foc potrivit. Dacă în timpul coptului aluatul din fund se umflă, se înţeapă cu un ac. Se ţine circa trei sferturi de oră şi dacă crema începe să se rumenească deasupra, se acoperă cu o hârtie umezită. Nu se scoate îndată din formă, ci după ce s-a răcit puţin.

710. SAVARINA CU PESMET

5 ouă, 5 linguri zahăr, 5 linguri pesmet, 1 lingură rasă de făină, unt pentru uns forma. Pentro sirop: 1 pahar cu apă, 150 g zahăr, 2 linguri rom. Frişcă, 1 lingură marmeladă de caise.

Se freacă gălbenuşurile cu zahăr şi vanilie până se albesc şi cresc ca o cremă. Se adaugă pesmetul fin cernut, făina şi la urmă spuma de la cinci albuşuri. Se unge forma de savarină cu unt, se presară cu făină, se toarnă compoziţia şi se coace la foc potrivit. În acest timp se face un sirop potrivit de legat dintr-un pahar de apă şi 150 g zahăr, la care se adaugă, după ce siropul s-a mai răcorit, şi rom după gust. Când savarina este coaptă, se scoate din formă, se stropeşte cu siropul cu rom, repetând această operaţie de 2 — 3 ori, până ce savarina este bine îmbibată. Se mai dă câteva minute la cuptor. După ce s-a răcit, se întinde deasupra un strat subţire de marmeladă de caise, iar golul din mijloc se umple cu frişcă bătută. Savarina se poate coace în forme mici, după numărul persoanelor.

711. SAVARINĂ DIN ALUAT DOSPIT

250 g făină, 10 g drojdie, 1 dl lapte, 3 ouă, 75 g unt topit, 1 lingură zahăr, un praf de sare, unt peutru uns forma. Pentru sirop: 1 pahar cu apă, 150 g zahăr, 2 linguri rom. Frişcă, 1 lingură marmeladă de caise.

Se cerne făina într-un vas mai mare. Se face loc la mijloc, se pune drojdia, 1/2 dl lapte abia cald şi un praf de sare. Se amestecă laptele cu drojdia, ca să se moaie, adăugând încă puţină făină, până se face ca o cremă subţire. Se presară deasupra un strat subţire de făină (din vas) şi se lasă astfel circa 10 minute. Se pun apoi ouăle întregi şi încă 1/2 dl lapte, turnat câte puţin. Se frământă totul bine, se acoperă şi se lasă să crească la căldură şi la un loc ferit de curent. După o jumătate de oră, trebuie să crească încă o dată pe cât era. Se adaugă untul topit, cald cât poate suferi degetul, o lingură rasă de zahăr şi se frământă din nou. Compoziţia trebuie să fie destul de moale. Se unge forma de savarină cu unt, se pune aluatul numai o treime din formă, ca să aibă loc la crescut. Se lasă astfel să crească o jumătate de oră până la o oră şi se dă la cuptor la foc potrivit. Se coace trei sferturi de oră. Se însiropează şi se serveşte ca şi savarina de pesmet. În aluat se pot adăuga şi stafide mici, fără sâmburi.

712. PRĂJITURI CU CREMĂ DE VANILIE

2 1/2 dl apă, 100 g unt proaspăt (sau 80 g untură), 1 linguriţă zahăr, un praf de sare, 125 g făină, 4 ouă. Pentru cremă, v. 728.

Se pune să fiarbă într-o cratiţă apa cu untul, sarea şi zahărul. Se cerne făina pe o hârtie (trebuie totdeauna proaspăt cernută, ca să nu aibă cocoloşi). Când apa cu untul începe să fiarbă, se trage cratiţa pe marginea maşinii, se toarnă toată făina odată şi se amestecă repede cu o lingură de lemn. Când pasta nu mai are nici un cocoloş, se împinge din nou cratiţa pe foc amestecând mereu, până ce aluatul se desprinde de pe cratiţă. Se dă atunci la o parte, se mai amestecă şi când începe să se răcorească (nu trebuie să fie rece de tot), se adaugă ouăle puse pe rând. Nu se pune oul următor până când cel dinainte nu s-a amestecat bine cu aluatul. Pasta trebuie să fie potrivit de moale, astfel încât să curgă din lingură, dar să-şi păstreze forma, acolo unde cade. Se toarnă compoziţia într-un cornet de hârtie umplut pe trei sferturi, sau în cornetul special de pânză, şi se pun pe tava de copt (nu se unge şi nu se presară făină) mici turtiţe de 3 — 4 cm diametru, lăsând tot atâta distanţă între ele, ca să aibă loc de crescut. În lipsă de cornet, se pot pune şi cu linguriţa. Se dau la cuptor, la foc bun. Se ţin circa 25 — 30 minute. Nu trebuie deschis cuptorul prea des, în special când încep gogoşile să crească, deoarece se lasă şi nu mai cresc. Când sunt gata, trebuie să fie bine crescute şi destul de uscate. Se scot calde cu un cuţit. După ce s-au răcit, se taie deasupra un căpăcel, se umplu cu cremă de vanilie (v. 726) (dacă sunt crescute bine sunt

goale înăuntru), peste cremă se pune o linguriţă de frişcă bătută, iar deasupra căpăcelul. Peste acesta se pune, după dorinţă, o glazură de zahăr sau se presară zahăr pudră.

713. ECLER

Aceleaşi cantităţi ca mai sus. Pentru cremă şi glazură, v. 726, 729, 732, şi 737, 739, 740.

Se face aluatul la fel ca mai sus, se pune în cornet şi se toarnă în formă de bastonaşe, ca pişcoturile. După ce sunt coapte şi s-au răcit, se taie un capac, în lungime, pe o parte şi la capete, lăsându-l prins în cealaltă parte ca la tabacheră. Se umple cu cremă de vanilie, de cicolată sau de cafea şi se glasează cu glazura corespunzătoare.

714. GOGOŞELE CU FRIŞCĂ

Aceleaşi cantităţi ca pentru "Prăjituri cu cremă de vanilie" (v. 712), 500 g frişcă. Glazura: 50 g cacao, 200 g zahăr, 1 1/2 dl apă, 1 linguriţă glucoză sau feculă.

Se face un aluat ca pentru "Prăjituri cu cremă de vanilie". Se pun, fie cu cornetul, fie cu linguriţa, turtiţe foarte mici, cât un ban, pe tava neunsă. Se coc la foc iute. Se lasă să se răcească. Se aşază cu lingura pe o farfurie rotundă frişcă bătută cu puţin zahăr. Peste frişcă se aşază gogoşelele, unele lângă altele, iar deasupra se toarnă cu lingura glazură de ciocolată. Nu trebuie să fie acoperite complet. Gogoşelele se pot păstra într-o cutie de tablă şi se pot aşeza cu frişcă atunci când trebuie servite. De asemenea, în loc de a fi aşezate toate pe o farfurie mare, se pot pregăti porţii mici, după numărul persoanelor. Glazura: într-o cratiţă mică, pe marginea maşinii, se pun 150 g ciocolată tăiată mărunt cu trei linguri de apă caldă. Se amestecă fără să fiarbă, până se face ca o cremă. Separat se pun la fiert 150 g zahăr cu 1 dl apă şi jumătate linguriţă de glucoză. Se fierbe şi când siropul este potrivit de gros, se toarnă peste ciocolată, câte puţin, amestecând ca la maionează. Glazura se poate face şi cu cacao în loc de ciocolată, amestecând 50 g cacao cu puţină apă până se moaie bine şi se face ca o cremă. Se amestecă apoi cu siropul făcut din 200 g zahăr şi 1 dl apă şi puţină glucoză. Se lasă să se răcorească şi se toarnă peste gogoşele.

715. GOGOŞELE CU CREMĂ

Aceleaşi cantităţi ca pentru "Prăjituri cu cremă de vanilie" (v. 712). Pentru crema de vanilie, v. 726, iar glazura, v. 738.

Se face un aluat ca pentru "Prăjituri cu cremă de vanilie". Se pun fie cu cornetul, fie cu lingura, turtiţe de mărimea unei nuci, pe tava neunsă. Se coc la foc iute. Se lasă să se răcească. Se face o cremă de vanilie. Se umple un cornet şi se pune câte puţină cremă în fiecare gogoaşă, introducând vârful cornetului printr-o parte. Gogoşelele astfel umplute cu cremă se aşază pe farfurie unele peste altele, iar deasupra se toarnă o glazură de ciocolată (v. 738), care să

le acopere complet.

716. CATAIF CU FRIŞCĂ

Pentru tăiţei, v. 604. 2 linguri unt topit. Siropul: 1 1/2 pahar cu apă, 150 g zahăr, vanilie, Frişcă bătută.

Se face o foaie la fel ca pentru tăiţei. Ca să fie mai fină se face fără apă, se întinde subţire şi se taie foarte fin. Pentru şase persoane se fac două foi, fiecare dintr-un ou. Se recomandă ca tăiţeii să fie pregătiţi cu o zi mai înainte, ca să aibă timp să se usuce. Se pot cumpăra gata de la plăcintării.

Se pune o lingură plină de unt într-o tigaie mare cu coadă. Când untul este fierbinte, se pun tăiţeii să se rumenească, întorcându-i uşor cu furculiţa, ca să nu se sfărîme. Dacă nu încap toţi odată, se rumenesc pe rând. Se pun apoi toţi într-o tavă dreptunghiulară şi se aşază cu furculiţa, astfel încât să formeze un strat egal. Se toarnă deasupra un sirop clocotit, nu prea legat, făcut din apă, zahăr şi vanilie. Se dau la cuptor şi se ţin până ce tot siropul a fost absorbit, iar cataiful este bine prins. După ce s-a răcit, se taie în pătrate de 5 — 6 cm, se scot cu grijă cu un cuţit lat, ca să nu se sfărâme. Se opresc bucăţile frumoase pentru pus deasupra. Celelalte se aşază unele lângă altele pe o farfurie dreptunghiulară, se întinde frişca, bătută cu zahăr şi bine scursă de zer, într-un strat gros, peste care se pun bucăţile oprite, îndreptând frişca pe margini cu cuţitul.

717. CATAIF TURCESC

Aceleaşi cantităţi ca mai sus.

Se fac tăiţei foarte fini din două ouă. Se pun într-o tavă, se dau la cuptor la foc potrivit şi se ţin până încep să se rumenească. Amestecându-i uşor cu furculiţa, dacă este necesar. Se opăresc cu două linguri de unt topit şi se mai dau câteva minute la cuptor. Se toarnă deasupra un sirop potrivit de legat, făcut din zahăr cu apă, se ţin la cuptor până ce tăiţeii au supt tot siropul şi se aşază într-o cratiţă rotundă, apăsându-i uşor cu dosul furcuhţei. Se lasă să se răcească pentru a se lega între ei, se răstoamă, iar deasupra se pune frişcă bătută.

718. CATAIF CU MERE

Pentru tăiţei, aceleaşi cantităţi ca mai sus. 1 kg mere, 1 lingură zahăr, 2 Iinguri rom. Siropul: 2 pahare apă, 250 g zahăr, vanilie.

Se curăţă merele, se taie felii foarte fine şi se pun să se macereze cu zahăr şi cu rom. Se ţin astfel o oră. Se fac tăiţei din două ouă, se prăjesc în unt (v. cataif cu frişcă). Se pun apoi jumătate din tăiţei într-o tavă dreptunghiulară, aşezându-i ca să formeze un strat potrivit de gros. Deasupra se aşază merele, iar peste mere alt strat de tăiţei. Se toarnă un sirop fierbinte făcut din apă, zahăr şi vanilie. Se dă la cuptor să se rumenească frumos. Când siropul a scăzut complet,

se dă la o parte, se taie după dorinţă şi se scot cu grijă ca să nu se sfărâme. După ce s-au răcit, se poate pune peste fiecare bucată câte puţină frişcă bătută, turnată frumos cu cornetul.

719. PLĂCINTĂ CU CREMA DE VANILIE

Pentru aluat: 250 g unt, 250 g făină, 1/2 pahar apă, 1 linguriţă ulei, un praf de sare. Pentru cremă, v. 726.

Se face un aluat franţuzesc din unt, făină, apă, sare şi o linguriţă de ulei. Se întinde o foaie subţire de 1/2 cm şi se aşază într-o tavă dreptunghiulară cu marginile joase, stropită cu apă. Se înţeapă în mai multe locuri cu o furculiţă ca să nu se umfle la copt. Se dă la cuptor la foc bun. După ce s-a copt, se taie foaia drept în două. Se aşază pe una din jumătăţi crema de vanilie în strat de 2 — 3 cm; deasupra se pune cealaltă foaie. Se îndreaptă marginea cu cuţitul, astfel încât crema să nu iasă de loc afară dintre cele două foi de aluat. Cu un cuţit foarte bine ascuţit se taie plăcinta în pătrate egale, fără să se apese, ci cu o mişcare de tăiat cu ferăstrăul. Se presară zahăr pudră şi cu o spatulă se aşază prăjiturile pe farfurie, unele lângă altele.

720. BACLAVA

500 g foi de plăcintă (v. 605), 150 g unt topit, 500 g nuci curăţite. Siropul: 2 pahare cu apă, 400 g zahăr, vanilie.

Se face un aluat de plăcintă şi se întinde foaia foarte subţire. După ce s-a uscat, se taie în bucăţi de mărimea tăvii în care le vom coace. Se unge tava cu unt şi se aşază 2 — 3 foi, stropite între ele cu unt. Se presară un strat subţire de nuci tocate, se pune o foaie de aluat, se stropeşte cu unt şi iarăşi. Se presară nuci. Se repetă până se termină toate foile, oprind pentru aşezat deasupra 3 — 4 foi frumoase, care se ung între ele cu unt. Se moaie un cuţit în unt fierbinte şi se taie plăcinta în lung şi în lat, formând romburi sau dreptunghiuri de circa 5 cm pe 7 cm. În lungul tăieturilor, cum şi pe margini, se toarnă câteva linguri de unt topit care să pătrundă până la fund. Se dă la cuptor la foc foarte moale, ţinându-se circa o oră; când începe să se rumenească, se toarnă deasupra un sirop făcut din zahăr, apă şi vanilie. Se mai lasă la cuptor câteva minute, până ce a pătruns tot siropul. Se scot baclavalele pe o farfurie şi se mai toarnă deasupra puţin sirop. Sunt mai gustoase când sunt pregătite cu o zi sau două înainte de a fi servite.

721. SARAILIE

Aceleaşi cantităţi ca mai sus.

Se întinde o foaie foarte subţire de aluat de plăcintă (în lipsă de timp, se pot cumpăra foi de la placintăne). Se taie în bucăţi ceva mai mari decât tava în care se vor coace. Se pregăteşte dinainte nuca trebuitoare, nu însă trecută prin maşină, ci tocată cu cuţitul, astfel încât să nu fie prea măruntă. Se întind două foi una peste alta stropite

între ele cu unt şi se presară nucă. Se mai pun două foi se stropesc cu unt şi se presară din nou un strat de nucă. Se întoarce dintr-o parte, înăuntru, o margine de 3 cm şi se unge cu unt. Cu ajutorul unui băţ ceva mai lung decât lăţimea foilor, şi de grosimea unui creion, se fac sul foile de plăcintă, nu însă strîns, lăsând partea întoarsă să formeze marginea exterioară a sulului. Se strâng apoi uşor

oe băţ capetele spre nu.jloc ca o armonica, de lăţimea tăvii în care se va aşeza sulul după ce se scoate băţul. Se procedează la fel cu restul foilor de plăcintă. Când sulurile sunt toate aşezate în tavă, se taie la rând cu un cuţit, în bucăţi potrivite. Se toarnă câteva linguri de unt topit şi se dă la cuptor la foc foarte mic, astfel încât să se usuce încet mjlocul şi să nu se rumenească numai deasupra. Se ţin la cuptor circa o oră şi jumătate. Se procedează apoi la fel ca la baclavale.

722. CARTOFI DIN BISCUIŢI (fără foc)
20 biscuiţi, 1 pahar lapte îndulcit, 1 pahar nuci măcinate, 1 lingură cacao, rom şi vanilie.

Se moaie biscuiţii cu laptele îndulcit. Se adaugă nucile măcinate, cacao, rom şi vanilie după gust. Se amestecă, toate împreună şi se lasă până a doua zi la rece să se pătrundă. Se fac perişoare de mărimea unei nuci, se dau prin praf de cacao şi se aşază în mici coşuleţe de hârtie. În loc de lapte îndulcit se poate întrebuinţa un sirop subţire, deoarece dacă se păstrează prăjitura mai mult timp, laptele fermentează.

723. NUGA
6 albuşuri, 350 g miere, 350 g zahăr, zeama de la 1/2 lămâie, 1 pachet vanilie, 350 g nuci, 2 foi de tort.

Se freacă bine într-un căzănel albuşurile cu mierea şi zahărul, până creşte compoziţia ca o spumă (se freacă cel puţin o jumătate de oră).

Se adaugă zeama de lămâie, puţină vanilie, se pune căzănelul pe foc moale şi se mai bat aproape o oră (pentru a nu se arde la fund, se pune căzănelul pe maşină într-o cratiţă cu apă).

Când compoziţia este destul de legată, astfel încât se desprinde de pe fund când se dă cu lingura, se pun înăuntru nucile amestecate cu alune prăjite şi neprăjite (dacă se pun numai nuci, acestea au un gust mai bun dacă sunt prăjite întâi puţin la cuptor). Se răstoarnă pe un fund, peste o foaie de tort (se găsesc în comerţ), se întinde cu un cuţit udat cu apă, se aşază deasupra altă foaie de tort, iar peste aceasta se pune un fund cu greutate. După ce s-a răcit, se taie bucăţi.

724. CASTANE IMITATE
300 g miez de cartofi copţi, 150 g zahăr, 150 g nuci măcinate, vanilie, 3 linguri rom.

Se pun la copt 4 — 5 cartofi de mărime potrivită, astfel încât după ce s-au copt să se obţină circa 300 g miez de cartofi. Se scoate din coajă miezul fierbinte, se sfărâmă într-un castron cu o lingură de lemn şi se freacă bine adăugând zahărul, până se face ca o cremă. Se mai adaugă nuca trecută prin maşina de tocat, vanilie şi rom după gust. Se fac cu mâna mici perişoare de mărimea unei castane, se dau prin zahăr tos şi se aşază fiecare în coşuleţe mci de hârtie.

CREME ŞI GLAZURI

(PENTRU TORTURI ŞI PRĂJITURI)

725. CREMĂ CU OU (A LA MINUT)

Un gălbenuş, 1 lingtîriţă zahăr, 1 linguriţă rom.

Se freacă un gălbenuş cu o linguriţă de zahăr şi o linguriţă de rom. Separat se bate un albuş spumă şi se amestecă încet cu gălbenuşul. Proporţiile se pot mări după numărul persoanelor. Crema este uşor de făcut şi foarte gustoasă.

726. CREMĂ DE VANILIE

1/2 l lapte, 1/2 baton vanilie sau 2 pacheţele de zahăr vanilat, 4 ouă, 175 g zahăr, 80 g făină.

Se pune o bucată de vanilie într-o cratiţă cu laptele clocotit. Se acoperă şi se lasă să stea astfel un sfert de oră, ca să se parfumeze laptele. Se freacă bine într-un castron ouăle întregi cu zahărul şi făina şi se toarnă laptele fierbinte, câte puţin, amestecând continuu cu lingura de lemn. Se pune apoi pe maşină la foc potrivit, amestecând mereu, pentru a nu se prinde crema pe fund. Când începe să fiarbă, se freacă repede şi viguros, ca să se desfacă toţi cocoloşii şi se dă la o parte bătând încă câtva timp crema cu o furculiţă.

Se întrebuinţează la plăcintă cu cremă, prăjituri cu cremă etc. Dacă atunci când este pe foc se observă că crema devine grunzuroasă, se dă repede la o parte şi se aşază cratiţa cu fundul în apă rece, adăugând şi înăuntru o lingură de apă rece. Se bate apoi bine cu lingura sau cu telul, până ce dispar grunjii. Se poate înlocui vanilia cu coajă rasă de lămâie sau de portocală. Aceasta se pune la început în lapte, care apoi se strecoară înainte de întrebuinţare.

727. CREMĂ DE VANILIE CU SPUMĂ DE ALBUŞ

Aceleaşi cantităţi ca mai sus, în plus patru albuşuri.

Când dorim să fie crema mai cu spor şi în acelaşi timp mai spumoasă, se adaugă la urmă albuş bătut spumă astfel: se face crema cu cantităţile de mai sus. Când este gata, se ia de la foc şi cât este încă fierbinte, se adaugă patru albuşuri bătute spumă. Se amestecă repede şi se lasă să se răcorească înainte de a fi folosită.

728. CREMĂ DE UNT

1 dl apă, 120 g zahăr, vanilie, 4 gălbenuşuri, 200 g unt proaspăt.

Se pune să fiarbă într-o cratiţă, 3 — 4 minute, apa cu zahărul. Se adaugă în siropul pregătit, după dorinţă, vanilie sau puţină coajă de lămâie. Se acoperă şi se lasă astfel să stea un sfert de oră. Se freacă într-un castron gălbenuşurile, turnând încetul cu încetul siropul. Se pune pe foc moale amestecând continuu cu o lingură de lemn. Trebuie să se observe să nu se formeze cocoloşi; dacă totuşi s-au format, se procedează ca pentru crema de vanilie sau se trece prin sită fină.

Se frământă puţin ca să se moaie 200 g unt foarte proaspăt, cu o lingură de lemn (aceasta trebuie să fie neîntrebuinţată, deoarece untul ia repede orice miros) sau se pune într-o cârpă şi se apasă de câteva ori cu mâna. Se împarte în bucăţi mai mici care se amestecă bine cu crema pe jumătate caldă. Se freacă până devine spumoasă. Crema trebuie întrebuinţată îndată ce este gata, deoarece se întăreşte la rece şi se întinde greu.

729. CREMĂ DE CIOCOLATĂ

Aceleaşi cantităţi ca pentru "Crema de vanilie", în plus 1 lingură de cacao sau 100 g ciocolată rasă.

Se procedează la fel ca pentru crema de vanilie (v. 726) adăugând în laptele clocotit 100 g ciocolată rasă sau 1 lingură de cacao.

730. CREMĂ DE CIOCOLATĂ CU UNT

Aceleaşi cantităţi ca pentru "Crema de unt", în plus 1 lingură cacao sau 100 g ciocolată.

Se pregăteşte crema de unt ca mai sus. Se moaie ciocolata tăiată bucăţi sau cacao, cu două linguri de apă, într-o cratiţă pe marginea maşinii, amestecând până ce se face ca o cremă. Se amestecă cu restul compoziţiei odată cu untul.

731. CREMĂ DE CACAO FĂRĂ OU

½ l **lapte, 1 lingură cacao, 3 linguri făină, 4 linguri zahăr, 100 g unt proaspăt, *2* linguri rom.**

Se dizolvă cacao, făina şi zahărul cu puţin lapte rece. Se freacă bine până nu mai rămâne nici un cocoloş, se toarnă cu încetul 1/2 l de lapte, se pune crema pe foc şi se amestecă până se leagă. Se dă la o parte şi când este aproape rece, se pune untul proaspăt, tăiat în bucăţele mici şi două linguri de rom. Se freacă până ce untul s-a amestecat cu crema.

732. CREMĂ DE CAFEA

Aceleaşi cantităţi ca pentru "Cremă de vanilie", în plus 1 dl cafea concentrată.

Se pregăteşte la fel cu crema de vanilie (v. 726) adăugând la început în lapte un decilitru de cafea concentrată, astfel încât să se obţină în total jumătate de litru de lichid. Se întrebuinţează la prăjituri cu cremă, cornete etc.

733.CREMĂ DE CAFEA CU UNT

Aceleaşi cantităţi ca pentru "Crema de unt", în plus 2 linguri de cafea concentrată.

Se face la fel cu crema de unt, adăugând în apa pentru sirop cafeaua concentrată.

734. CREMĂ DE COZONAC

300 g cozonac, sirop de zahăr, cafea, cacao sau marmeladă. Siropul: 1/2 pahar apă, 100 g zahăr, rom după gust.

Se moaie o felie de cozonac uscat cu câteva linguri de sirop făcut din apă şi zahăr. Se freacă bine, adăugând rom şi sirop cât se cere, până se face ca o cremă potrivit de groasă. După ce este bine amestecată, se adaugă, după dorinţă, puţină esenţă de cafea, cacao, sau 2 — 3 linguri de marmeladă. La fel se poate face din pişcoturi uscate sau chiar din tortul pe care vrem să-l umplem cu cremă. Pentru aceasta se taie tortul în trei felii transversale, cea din mijloc ceva mai subţire. Aceasta se scoate, se moaie cu sirop şi se procedează la fel ca mai sus.

735. CREMĂ DE BISCUIŢI

Se face la fel cu crema de cozonac, înlocuind cozonacul cu 250 g de biscuiţi din comerţ.

.

736. CREMĂ DE NUCI

400 g nuci, 2 dl lapte, 100 g zahăr, 1 lingură rom, 2 gălbenuşuri, un praf de sare, puţin zahăr vanilat.

Se opăresc nucile măcinate cu laptele îndulcit cu zahăr. Se amestecă adăugând puţin rom şi când s-a mai răcorit, două gălbenuşuri. Se freacă bine până devine spumoasă.

737.GLAZURĂ ALBA DE ALBUŞ

1 albuş, zahăr cât cere.

Se freacă cu o lingură curată de lemn (nu se bate cu telul), un albuş cu zahăr pisat, trecut printr-o sită foarte fină, adăugat cu încetul (cantitatea de zahăr variază după mărimea albuşului). Se freacă viguros şi continuu până se face o pastă uniformă, potrivit de groasă. Se adaugă câteva picături de lămâie. Se întrebuinţează la glazat tortul şi la decoraţiuni. În acest din urmă caz, se adaugă ceva mai mult zahăr şi se toarnă cu un cornet de hârtie umplut pe trei sferturi. Se taie o deschizătură foarte mică la vârf şi se plimbă cornetul deasupra tortului, strângându-l uşor cu mâna ca să iasă un fir egal de glazură. Se fac diferite linii şi figuri.

738. GLAZURĂ DE CIOCOLATA (FARĂ FOC)

100 g ciocolată, 100 g zahăr, 2 linguri apă rece.

Se pune într-o cratiţă mică ciocolată tăiată mărunt cu o lingură de apă; se ţine la cald în alt vas cu apă clocotită, până se topeşte. Se amestecă cu lingura până ce devine ca o cremă. Separat se freacă într-un castron zahăr foarte fin cu două linguri de apă rece. Se freacă mult şi viguros, până se face ca un şerbet. Se amestecă cu ciocolata topită. Se pune cu totul într-un vas cu apă clocotită, dar nu pe foc. Când este destul de moale, se toarnă dintr-o dată peste tort (nu se

pune câte puţin cu lingura, deoarece suprafaţa nu ar ieşi egală) şi se întinde repede cu un cuţit.

739. GLAZURĂ DE CIOCOLATĂ CU UNT
100 g ciocolată, 150 g zahăr (sau 50 g cacao şi 200 g zahăr), 1 dl lapte, unt proaspăt cât o nucă.

Se pune într-un vas, pe marginea maşinii, amestecând continuu ciocolata tăiată în bucăţi mici, zahărul şi ceva mai puţin ca un decilitru de lapte. După ce s-a topit, se împinge vasul pe foc mai bun şi se lasă să dea câteva clocote. Când este destul de legată, se adaugă unt proaspăt cât o nucă. Se mai freacă puţin, se amestecă untul şi se toarnă caldă peste tort.

740. GLAZURĂ DE CAFEA (FĂRĂ FOC)
200 g zahăr, 4 linguri cafea.

Se freacă bine zahărul foarte fin cu cafea concentrată, până se face ca un şerbet. Se pune cu totul într-un vas cu apă fierbinte amestecând mereu şi după ce s-ă încălzit puţin, se toarnă peste tort. Atât timp cât glazura nu este încă uscată, nu se va ţine tortul în curent, deoarece glazura formează ape şi pierde din lustru.

CREME ŞI JELEURI

741. CREMĂ LA CEŞTI
1 l lapte, 4 ouă, 200 g zahăr, 1 baton vanilie sau zahăr vanilat.

Cremă de vanilie. Se pune laptele să fiarbă cu vanilie şi zahăr. Se bat într-un castron ouăle întregi, peste care se toarnă cu încetul laptele cu zahărul. Se strecoară. Se aşază ceştile ce trebuie umplute într-o tavă destul de încăpătoare ca să circule apa printre ele. Se umplu ceştile cu o lingură cât mai mult, deoarece crema scade la fiert. Se toarnă apoi apă clocotită în tavă, cu grijă ca să nu intre apă şi în ceşti. Se dă la cuptor. Focul trebuie să fie potrivit, astfel încât apa, deşi foarte fierbinte, să nu fiarbă în clocote mari. Crema în ceşti de mărime obişnuită se ţine la cuptor cam 40 de minute. Când ceştile sunt mai mici, se ţin ceva mai puţin. Se încearcă dacă este gata, scoţând o ceaşcă din apă şi aplecând-o puţin într-o parte. Crema trebuie să se ţină, fără să fie prea întărită. Se scot din cuptor Cu tava şi se lasă să se răcească, ţinându-le încă 10 minute în apă. Se scot din apă, se şterg ceştile cu un şervet şi se dau la rece. Se servesc cu frişcă bătută sau cu biscuiţi.

Cremă de zahăr ars.Se face la fel ca mai sus, punând să se ardă jumătate din cantitatea de zahăr într-o cratiţă. Se stinge cu două

linguri de apă fierbinte şi se amestecă cu laptele şi cu restul de zahăr. Cremă de cafea. Se adaugă în lapte, după ce acesta a fiert, trei Iinguri de cafea concentrată, micşorând cu tot atâta, de la început, cantitatea de lapte.

Cemă de ciocolată. Se moaie într-o cratiţă 100 g de ciocolată tăiată bucăţi sau 50 g cacao, cu 2 — 3 linguri de apă, pe marginea maşinii. Se freacă până se face ca o cremă. Se adaugă încet laptele cu zahăr şi se amestecă apoi cu ouăle.

742. CREMĂ DE VANILIE CARAMELIZATĂ
(CREMĂ CARAMEL) ½ l lapte, 4 linguri zahăr, 4 ouă, vanilie, 5 linguri zahăr pentru îmbrăcat forma.

Se pun într-o cratiţă laptele, vanilia şi zahărul. Se ţine la început pe margmea maşinii pînă se topeşte zahărul, apoi se împinge pe foc bun şi se lasă să dea în clocot. Se bat într-un castron ouăle atît ca să se amestece bine albuşul cu gălbenuşul. Peste acestea se toarnă încet, amestecînd

continuu, laptele cu zahărul. Se pun trei linguri de zahăr într-o formă de tablă cu gaură la mijloc şi cu pereţii drepţi sau, la nevoie, într-o oală de mărime potrivită pentru cantitatea de mai sus. Se ţine pe foc bun pînă se arde zahărul, fără să se înnegrească, de-oarece ar da un gust amar cremei. Se pleacă forma pe toate părţile pentru ca pereţii să se acopere cu zahărul ars pînă la înălţimea la care va ajunge crema. Se strecoară compoziţia şi se toarnă în forma îmbrăcată cu zahărul ars. Se acoperă şi se aşază forma într-un vas cu apă clocotită. Se dă la cuptor, se ţine să fiarbă la foc mic 45 minute. Se încearcă cu un pai. Dacă paiul iese curat, se poate da crema la o parte. Se lasă să se răcească în vasul cu apă, iar cînd este rece, se desprinde crema de pe marginea de sus cu un cuţit şi se răstoarnă pe farfurie.

743. CREMĂ DE ZAHAR ARS
125 g zahăr, 3 foi gelatină, 6 linguri apă, 4 albuşuri, 250 g frişcă, vanilie.

Se arde într-o cratiţă zahărul până capătă o culoare potrivită, nu prea închisă. Se stinge cu patru linguri de apă fierbinte şi se lasă să mai fiarbă până scade cantitatea pe jumătate. Între timp se topesc foile de gelatină cu două linguri de apă clocotită şi se amestecă cu siropul de zahăr lars; se ţin pe marginea maşinii, la cald. Se bat spumă albuşurile, se amestecă cu compoziţia de mai sus, cât este foarte fierbinte, se bat din nou împreună şi se lasă să se răcească. După ce s-a răcit, se adaugă, amestecând uşor, frişca bătută cu puţin zahăr vanilat. Se toarnă compoziţia într-o formă udată cu apă, se lasă câteva ore la gheaţă şi se răstoarnă. Se serveşte cu frişcă bătută şi cu biscuiţi.

744. CREMĂ DE CAFEA

4 ouă, 120 g zahăr, 2 linguri de cafea, 1 lingură de rom, 3 foi de gelatină, 2 linguri apă, 250 g frişcă.

Se freacă gălbenuşurile cu zahărul, până se fac ca o spumă. Se adaugă două linguri de esenţă de cafea, o lingură de rom şi gelatina muiată cu două linguri de apă fierbinte. Se pune cu totul pe marginea maşinii amestecând mereu până se încălzeşte.

Se bat cele patru albuşuri spumă, se amestecă cu crema de mai sus, la care se adaugă 250 g frişcă bătută, se toarnă compoziţia într-o formă udată cu apă şi se dă la gheaţă. După ce s-a răsturnat, se decorează cu frişcă bătută.

745. SPUMĂ DE ALBUŞ CU CĂPŞUNI

2 albuşuri, 1 pahar cu vârf de zahăr pisat, 1 pahar cu vârf de căpşuni.

Se pun într-un castron albuşurile, zahărul pisat şi căpşunile. Se bate totul cu telul, cel puţin 20 minute. La început crema se lichefiază, încetul cu încetul se leagă şi devine spumoasă şi tare ca orice albuş când este bine bătut. Se aşază într-o compotieră, se dă o oră-două la gheaţă. Înainte de a fi servită, se aşază deasupra câteva căpşuni frumoase.

Aceeaşi cremă se face cu fragi sau cu vişine fără sâmburi.

746. CREMĂ DE GRIŞ

1 l apă, 150 g zahăr, zeama de la o lămâie, 100 g griş. Pentru crema de vanilie, v. 726.

Se pune la foc într-o cratiţă apa cu zahărul şi zeama de la o lămâie. Se lasă să fiarbă cinci minute în clocote. Se toarnă grişul în ploaie şi se mai fierbe cinci minute, amestecând ca să nu aibă cocoloşi sau să se prindă pe fund.

Se răstoarnă într-un castron şi se bate fierbihte cu telul, cel puţin 20 minute, până se răceşte complet şi creşte ca o spumă. Se toarnă într-o formă udată cu apă şi se dă la rece, de preferinţă pe gheaţă, cel puţin 3 — 4 ore (preferabil din ajun până a doua zi). Se desface uşor pe margine cu un cuţitaş, se răstoarnă şi se serveşte cu cremă de vanilie (v. 726). Lămâia poate fi înlocuită cu puţină sare de lămâie dizolvată în apă în care se adaugă vanilie sau o lingură de apă de flori.

747. LAPTE DE PASĂRE

11 lapte, 6 ouă, 200 g zahăr, vanilie, 1 linguriţă feculă (sau făină), 1 lingură rom.

Se pune la foc într-o cratiţă potrivit de mare, laptele cu vanilia.

Se bat într-un castron albuşurile la care se adaugă, după ce s-au făcut spumă, 100 g de zahăr pisat, bătându-se din nou până se ţine albuşul tare. Când laptele începe să fiarbă, se trage cratiţa pe foc mai mic, astfel încât laptele abia să mai dea în clocote. Cu o lingură mare de masă, se ia din albuşul spumă, se netezeşte suprafaţa lăsând-o să fie puţin bombată, apoi se împinge albuşul din lingură în cratiţa cu lapte, cu ajutorul unei linguriţe. Se formează astfel 4 — 5 ouă din albuş, nu mai multe, ca să aibă loc în cratiţă. Se ţin mai puţin de două minute pe o parte, se întorc pe cealaltă parte şi se ţin încă pe atâta. Se scot cu lingura cu găuri şi se aşază pe o sită, ca să se scurgă. Se continuă apoi în acelaşi fel până se fierbe tot albuşul. Pentru ca albuşul să rămână frumos crescut, trebuie să se ţină seamă de două lucruri: laptele să nu fiarbă în clocote mari când se pune albuşul şi acesta să nu stea prea mult la foc.

Se freacă gălbenuşurile cu 100 g zahăr şi o Iinguriţă de feculă (aceasta poate fi înlocuită cu puţină făină). Se toarnă cu încetul laptele strecurat, se dă cu totul pe foc moale, amestecând până când începe să se lege. Când crema s-a răcorit, se adaugă o lingură de rom, se toarnă în farfuria cu care va fi servită la masă, iar deasupra se aşază ouăle de albuş.

748. OUĂ DE ALBUŞ CU CIOCOLATĂ

4 albuşuri, 100 g zahăr. Pentru sos: 2 gălbenuşuri, 75 g zahăr, 1 vârf de linguriţă de feculă (sau făină), 3 dl lapte, 2 linguri cacao, migdale prăjite.

Se pregăteşte pe maşină o cratiţă cu apă fierbinte. Se bat albuşurile spumă cu 100 g zahăr. Se iau cu lingura ouă din albuş şi li se dă drumul în apă la fel ca la “Lapte de pasăre”. Nu se fierb, ci se ţin 2 — 3 minute pe marginea maşinii, întorcându-le pe ambele părţi. Se scurg pe o sită. Se face un sos din două gălbenuşuri care se freacă cu zahăr şi feculă. Se toarnă încet laptele amestecat cu cacao. Se ţine pe maşină câteva minute, până se leagă. Se aşază ouăle de albuş pe farfurie, deasupra se toarnă sosul de ciocolată şi se presară migdale prăjite cu zahăr şi măcinate.

749. CREMĂ DE CASTANE

40 castane. Sirop din 400 g zahăr şi 1 1/2 pahar apă, vanilie, 150 g unt, 2 linguri rom, 10 — 12 biscuiţi.

Se curăţă castanele (v. 653). Se fierb apoi cu apă cât să le cuprindă, până se moaie. Se scurg bine de apă. Se trec prin maşina de tocat şi pe urmă prin sită. Se face un sirop gros din zahăr şi apă. Când este bine legat, se toarnă încet peste castane, se amestecă, apoi se pune cu totul la foc, împreună cu vanilia, frecând mereu ca să nu se prindă pe fund. Se ţine până se îngroaşă. Se freacă unt foare proaspăt, se amestecă cu castanele răcorite şi se adaugă romul.

Se îmbibă câţiva biscuiţi cu sirop cu rom şi se aşază pe o farfurie, astfel încât să formeze un fund peste care se va pune crema,

cu cornetul de pânză sau de hârtie, în rânduri unele peste altele, în formă de cuib. În golul de la mijloc se aşază frişcă bătută cu zahăr.

750. BAVAREZ DE VANILIE
1/2 l lapte, 6 ouă, 200 g zahăr, 6 foi gelatină, 1 linguriţă feculă, vanilie, 350 g frişcă, 1 lingură de fructe zaharate (facultativ).

Se pun într-o cratiţă smălţuită, laptele, ouăle, zahărul, vanilia, gelatina spălată în apă rece şi o linguriţă de feculă, dizolvată cu puţină apă rece. Se bat puţin cu furculiţa, apoi se amestecă mereu cu lingura până începe compoziţia să fiarbă. Se ţine pe foc potrivit, având grijă să nu se taie. Se amestecă mereu, iar când crema începe să se prindă pe lingură, se dă la o parte, se strecoară într-un castron şi se mai vântură de câteva ori, ca să nu prindă pieliţă deasupra. Când s-a răcorit, se amestecă uşor cu frişca bătută fără zahăr. Se toarnă compoziţia într-o formă de tablă cu o gaură la mijloc, udată cu apa. Se dă la gheaţă cel puţin două ore. Se răstoarnă şi se umple golul din mijloc cu frişcă bătută cu zahăr vanilat. În compoziţie se pot pune fructe zaharate, tăiate mărunt, stropite cu rom şi ţinute astfel o jumătate de oră.

751. BAVAREZ DE ZAHĂR ARS
1/2 l lapte, 250 g zahăr, 6 ouă, 6 foi gelatină, 1 linguriţă feculă, vanilie.

Se ard într-o cratiţă mică 150 g zahăr, astfel încât să nu se închidă prea tare la culoare şi se sting cu o lingură, două de apă fierbinte. Se pun într-o cratiţă smălţuită laptele, ouăle, 100 g zahăr, vanilie, o linguriţă de feculă (sau de făină), zahărul ars şi gelatina spălată cu apă rece. Se procedează apoi ca pentru “Bavarez de vanilie”.

752. JELEU DIN DOUĂ CULORI
1 l lapte, 120 g zahăr, 8 foi gelatină, 1 lingură cacao.

Se pune pe foc laptele, zahărul, gelatina muiată cu puţină apă fierbinte şi vanilie. Se ţine până când se înfierbântă şi zahărul se moaie bine. Când zahărul s-a topit se vântură compoziţia puţin ca să se mai răcorească, apoi se desparte exact în două. Jumătate din compoziţie se toarnă în forma de tablă şi se pune la gheaţă ca să se prindă. Cealaltă jumătate se ţine pe marginea maşinii, adăugând în ea, după dorinţă, o lingură de caao dizolvată în apă cu puţin zahăr sau câteva picături de carmin care să o coloreze în roşu. Când compoziţia din formă a început să se prindă, se toarnă deasupra cealaltă jumătate, bine răcorită. Se dă din nou la gheaţă, şi se lasă până se întăreşte complet. Când se răstoarnă, se introduce o clipă forma în apă fierbinte.

SOSURI PENTRU DULCIURI

753. SOS DE ROM

3 gălbenuşuri, 100 g zahăr, 1 linguriţă feculă, 2 ceşti lapte, 2 linguri rom.

Se freacă într-un castron gălbenuşurile cu zahărul şi cu o linguriţă de fecule muiată în puţină apă rece, bine de tot, până se albesc şi se fac ca o cremă. Se adaugă laptele fierbinte, câte puţin, amestecând mereu pe marginea maşinii, până se mai leagă. După ce s-a dat la o parte, se adaugă romul.

754. SOS DE VIN

4 gălbenuşuri, 100 g zahăr, 1 linguriţă feculă, ½ l vin alb.

Se freacă gălbenuşurile cu zahărul şi cu fecula muiată cu puţină apă rece. Se toarnă încet 1*/2* l vin cald, se pune cu totul pe maşină la foc potrivit, amestecând, fără a lăsa totuşi să fiarbă. Când începe să se îngroaşe, se dă la o parte şi se amestecă până se răcoreşte.

755. SOS DE VANILIE

1/2 l lapte, 4 gălbenuşuri, 100 g zahăr, 1 linguriţâ fecule sau făină, vanilie.

Se fierbe laptele, când clocoteşte se adaugă vanilia, se acoperă şi se lasă să stea un sfert de oră. Se freacă gălbenuşurile cu zahărul şi cu o linguriţă de fecule, sau în lipsă, făină. Când crema a crescut, se toarnă încet laptele cald, amestecându-se contmuu. Se pune totul la foc, fără să mai fiarbă, ţinându-se până se mai îngroaşă. Se serveşte cald sau rece.

756. SOS DE CACAO FĂRĂ OU

150 g zahăr, 1/2 pahar apă, 2 linguri cacao, 1 linguriţă fecule.

Se face un sirop potrivit de legat din zahăr şi apă. Se freacă două linguri de cacao şi o linguriţă de fecule cu puţină apă rece până se desfac toţi cocoloşii. Se toarnă câte puţtn sirop, amestecând continuu şi se pune pe maşină să dea câteva clocote, până începe sosul să se îngroaşe.

757. SOS DE ZAHĂR ARS

150 g zahăr, 1/2 ceaşcă apă, 1 linguriţă fecule, 1 dl lapte.

Se arde într-o cratiţă zahărul, nu însă prea închis, şi se stinge cu 1/2 ceaşcă de apă fierbinte. Se moaie o linguriţă de fecule cu puţină apa rece, se amestecă cu siropul de zahăr ars şi se mai toarnă 1*l2* ceaşcă de lapte. Se pune cu totul pe foc, amestecând până începe să se îngroaşe. Se dă la o parte, amestecând din când în când, până se răcoreşte.

ÎNGHEŢATE

758. ÎNGHEŢATĂ DE VANILIE

6 ouă, 250 g zahăr, vanilie, 1 l lapte.

Se freacă ouăle cu zahărul. Se pune să fiarbă laptele şi când clocoteşte, se adaugă vanilia. Se dă la o parte, se acoperă şi se lasă aşa un sfert de oră. Se toarnă laptele încet peste ouă, amestecând continuu. Se strecoară pnntr-o sită deasă. Se pune cratiţa cu compoziţia pe foc potrivit, amestecând până se îngroaşă, astfel încât scoţând lingura, pe ea să rămână un strat subţire de cremă. Se dă la o parte, amestecând din când în când până se răcoreşte, se toarnă în şerbetieră şi se îngheaţă.

După dorinţă, cînd este aproape gata, se adaugă 2 — 3 linguri de frişcă bătută, şi se mai învârteşte până se întăreşte complet.

759. ÎNGHEŢATĂ DE ZAHĂR ARS

6 ouă întregi sau 8 gălbenuşuri, 250 g zahăr, 1 l lapte.

Se freacă într-un castron şase ouă întregi sau opt gălbenuşuri cu 100 g zahăr. Se ard, potrivit de rumen, 150 g zahăr şi se sting cu puţină apă fierbinte, se amestecă cu laptele cald şi se continuă apoi la fel ca îngheţata de vanilie.

760. ÎNGHEŢATĂ DE CAFEA

6 ouă, 250 g zahăr, 9 dl lapte, 1 dl cafea concen trată.

Se freacă ouăle cu zahărul. Se amestecă cu laptele la care s-a adăugat cafeaua foarte concentrată. Se face ca şi îngheţata de vanilie.

761. ÎNGHEŢATĂ DE CIOCOLATĂ

6 ouă, 250 g zahăr, 1 l lapte, 125 g ciocolată sau 50 g cacao, vanilie.

Se freacă ouăle cu zahărul. Se pun să fiarbă laptele cu vanilia, se moaie pe marginea maşinii ciocolata tăiată bucăţi mici, cu puţină apă. Se amestecă încet cu laptele şi apoi cu ouăle. Se face ca şi îngheţata de vanilie. Ciocolata poate fi înlocuită cu 50 g cacao care se freacă cu puţină apă şi se amestecă cu laptele.

Când îngheţata este aproape gata, se poate adăuga, odată cu frişca bătută (v. îngheţata de vanilie), şi puţină ciocolată sfărâmată nu prea mărunt. Se învârteşte până se întăreşte cât trebuie.

762. ÎNGHEŢATĂ PRALINATĂ

Aceleaşi cantităţi ca pentru îngheţată de vanilie; în plus 100 g migdale sau nuci.

Se pregăteşte crema la fel ca pentru îngheţata de vanilie. Se ard rumen deschis 100 g de zahăr, în care se adaugă migdale sau nuci. Când s-a amestecat zahărul cu migdalele, se toarnă cu totul pe masa de aluat udată cu apă şi după ce s-a răcit, se pisează mărunt şi se amestecă cu crema. Se toarnă în şerbetieră şi se pregăteşte la fel ca îngheţata de vanilie.

763. ÎNGHEŢATĂ DE LĂMÂIE

500 g apă, 300 g zahăr, coaja de la 1 lămâie, zeama de la 3 lămâi.

Se pun într-o tingire apa şi zahărul. Când zahărul s-a topit, se împinge tingirea pe foc iute şi se lasă să fiarbă două minute. Se pune coaja de la o lămâie (partea galbenă fără cea albă care are gust amărui). Se acoperă, se dă la o parte şi se lasă astfel o jumătate de oră. Se adaugă zeama de Ia trei lămâi rnijlocii, se strecoară printr-un tifon, se toarnă în şerbetieră şi se îngheaţă.

764. ÎNGHEŢATĂ DE PORTOCALE

500 g apă, 300 g zahăr, coaja de la 2 portocale, zeama de la 3 portocale şi 1 lămâie.

Se face la fel ca îngheţata de lămâie.

765. ÎNGHEŢATĂ DE FRAGI

500 g fragi aleşi, 300 g zahăr, 3 dl apă, zeama de la 1 lămâie, 3 linguri frişcă bătută (facultativ).

Se spală fragii şi se scurg bine. Se trec prin sită, astfel încât să se obţină 1/2 kg de piure. Se face separat un sirop de zahăr cu apă, care se fierbe două minute pe foc iute. Se amestecă cu fragii, fără să se mai ţină pe foc, şi după ce s-a răcorit, se adaugă, după dorinţă, zeama de la o lămâie şi puţină frişcă bătută. Aceasta se combină foarte bine cu aroma fragilor, dând îngheţatei un gust plăcut. Se toarnă compoziţia în şerbetieră şi se îngheaţă.

766. ÎNGHEŢATĂ DE ZMEURA

Aceleaşi cantităţi ca pentru îngheţata de fragi. Se pregăteşte la fel cu aceasta.

767. ÎNGHEŢATĂ DE VIŞINE

500 g zeamă de vişine, 300 g zahăr, 3 dl apă, zeama de la o lămâie.

Se face un sirop din zahăr şi apă care se fierbe două minute. Se spală vişinile şi se storc printr-un tifon, astfel încât să se obţină 1/2 l zeamă. Se lasă să se limpezească, se adaugă zeama de la o lămâie, se amestecă cu siropul de zahăr şi se îngheaţă.

768. ÎNGHEŢATĂ DE FRUCTE, CU LAPTE

1 pahar de zeamă *de* fructe, 1 pahar de lapte crud (sau lapte amestecat cu frişcă nebatută), 175 g zahăr.

Se amestecă totul fără să se pună la foc şi când zahărul s-a dizolvat, se toarnă compoziţia în şerbetiera pregătită cu gheaţă şi sare şi se îngheaţă.

769. CAFE GLACE

¾ l lapte, 3 dl cafea concentrată, 300 g zahăr, 300 g frişcă, vanilie.

Spre deosebire de îngheţata de cafea, aceasta nu este decât o cafea cu lapte obişnuită, pusă în şerbetieră să îngheţe şi servită mult mai moale decât celelalte îngheţate. Se fac la filtru trei decilitri de cafea concentrată. Se fierbe laptele cu puţină vanilie (după dorinţă). Se dă la o parte. Se adaugă cafeaua şi zahărul şi se amestecă până ce se topeşte zahărul. După ce s-a răcit bine, se adaugă frişca proaspătă, nebătută. Se pune compoziţia în şerbetieră şi se învârteşte. Se serveşte îndată ce este gata, în ceşti sau în pahare, punând deasupra puţină frişcă bătută cu zahăr.

770. CASATĂ DE CREMĂ

Se pregăteşte compoziţia ca pentru orice îngheţată de vanilie, cafea, zahăr ars etc., la care se adaugă, după ce s-a răcorit complet, 300 g frişcă bătută. Apoi, în loc să se întărească în şerbetieră care trebuie învârtită, se toarnă compoziţia într-o formă specială de îngheţată, se acoperă ermetic cu capacul, se pune într-o găleată cu gheaţă şi sare şi se lasă 3 — 4 ore, până se întăreşte cât trebuie. La nevoie se mai adaugă gheaţă şi sare. Nu se mişcă în timpul cât este pusă la gheaţă. Nu trebuie lăsată să îngheţe prea mult, deoarece pierde din aromă.

771. CASATA DE FRUCTE

Se pregăteşte compoziţia ca pentru orice îngheţată de fructe ca: îngheţată de caise, fragi, zmeură etc. şi se amestecă cu 300 g frişcă bătută. Se pune în formă şi se îngheaţă ca mai sus.

MARMELADE

772. MARMELADĂ DE CĂPŞUNI

La 1 kg căpşuni, 500 g zahăr.

Se spală căpşunile, se rup codiţele şi se scurg bine pe o sită. Se pun într-un castron, un strat de căpşuni, unul de zahăr tos sau pisat şi aşa mai departe. Se lasă să stea la loc răcoros până a doua zi. Se pune cu totul în tingirea de dulceaţă bine cositorită sau într-o cratiţă smălţuită, se ţine puţin pe foc moale până se topeşte tot zahărul, se dă apoi pe foc mai iute şi se lasă să fiarbă, amestecând mereu cu o lopăţică de lemn, ca să nu se prindă de fund. Se încearcă dacă este

gata punând puţin pe o farfurioară. Dacă nu lasă zeamă împrejur, este destul de legată. Se dă la o parte, se acoperă cu un şervet ud şi se lasă să se mai răcorească puţin, dar nu de tot. Borcanele, fie de pământ, fie de sticlă, bine spălate cu apă fierbinte şi cu sodă, se limpezesc, se şterg, se mai usucă în gura cuptorului şi cât sunt calde încă, se toarnă marmelada în ele. Se lasă să se răcorească complet şi se leagă bine cu hârtie pergament.

773. MARMELADĂ DE FRAGI

Se face la fel cu marmelada de căpşuni.

774. MARMELADĂ DE ZMEURĂ

Se face la fel cu marmelada de căpşuni.

775. MARMELADĂ DE CAISE

La 1 kg caise, 600 g zahăr.

Se spală caisele, se scurg şi se curăţă de pieliţe şi de sâmburi. Se pun într-un castron împreună cu zahărul. Se amestecă bine cu o lingură de lemn până ce se topeşte zahărul. Se toarnă în tingirea de dulceaţă sau într-o cratiţă smălţuită şi se continuă apoi ca la marmelada de căpşuni.

776. MARMELADĂ DE CAISE CU COAJĂ

La 1 kg caise, 500 g zahăr.

Se aleg caise bine coapte, se spală, se scurg şi se rup în două îndepărtând sâmburele. Se pun împreună cu zahărul în tingirea de dulceaţă sau într-o cratiţă smălţuită. Se fierb amestecând mereu, până se leagă cât trebuie, se toarnă caldă în borcane şi se leagă cu hârtie pergament numai după ce s-a răcorit marmelada.

777. MARMELADĂ DE PRUNE

La 1 kg prune, 250 g zahăr.

Se curăţă prunele de coajă şi se scot sâmburii (v. Dulceaţă de prune 795). Se pun în tingirea de dulceaţă împreună cu zahărul. Se ţin la început pe foc mic, până încep să lase zeamă şi se topeşte zahărul. Se adaugă puţină vanilie, se dă la foc bun şi se lasă să se lege, amestecând mereu, la fel ca la marmelada de căpşuni.

778. MAGIUN (POVIDLA)

Se spală prune bine coapte, se scurg de apă şi se scot sâmburii. Se pun în tingirea de dulceată sau, dacă sunt multe, într-un cazan mai mare. Se ţin pe foc domol până încep să fiarbă şi se moaie. Se trec printr-o sită mai rară (ciur), se pun din nou pe foc amestecând mereu, până se leagă cât trebuie. Dacă prunele nu sunt prea coapte şi magiunul pare acru, se adaugă, după ce au fost trecute prin sită, puţin zahăr, în proporţie de 100 g zahăr la un kilogram de prune. Magiunul trebuie să fie bine legat ca să nu mucegaiască în timpul iernii. Se

toarnă cald în borcane bine spălate, punând deasupra, după ce s-a răcit, o cârpă muiată în rom. Se leagă cu hârtie pergament.

779. MARMELADĂ DE MERE
La 1 kg mere fierte, 600 g zahăr.

Se aleg mere tari, nu făinoase. Se taie în sferturi, se curăţa de coajă şi de sâmburi. Se pun la fiert cu apă cât să le cuprindă, într-o cratiţă acoperită. Nu se amestecă. Când sunt moi, se trec prin sită şi se pun din nou la fiert, adăugând zahărul. Se leagă bine, continuând apoi ca la marmelada de căpşuni.

780. MARMELADĂ DE PERE
La 1 kg de pere fierte, 300 g zahăr.

Se face la fel ca marmelada de mere. Se poate face şi amestecată din pere şi mere.

781. MARMELADĂ DE PORTOCALE
La 1 kg portocale fierte, 1 kg zahăr, 2 pahare de apă.

Se aleg portocale mari cu coaja groasă, se spală şi se şterg. Se pune o oală cu apă pe foc în care să poată încăpea portocalele în voie. Când apa clocoteşte bine, se dă drumul portocalelor şi se lasă să fiarbă în clocote mari, până se moaie coaja. Se ţin să fiarbă bine (cel puţin două ore) deoarece după ce se pun din nou la fiert împreună cu zahărul, coaja se mai întăreşte. Se scot şi se pun într-un vas cu apă rece. Se lasă să stea 24 ore. Se taie apoi în patru, se îndepărtează sâmburii şi filamentul alb din mijloc şi fiecare sfert se taie transversal, în felii subţiri ca fideaua, cu coajă cu tot. Se pune în tingirea de dulceaţă zahăr în cantitate egală cu greutatea portocalelor fierte, turnând la 1 kg de zahăr două pahare de apă. După ce s-a topit zahărul, se mai lasă să dea câteva clocote, se ia spuma şi se pun în acest sirop portocalele. Se lasă să fiarbă pe foc potrivit, până se leagă. Se încearcă punând puţină marmeladă pe o farfurioară. Se desparte cu lingura în două, formând o cărare. Dacă cele două părţi nu se unesc la loc, marmelada este destul de legată. Se pune caldă în borcan şi după ce s-a răcit, se leagă cu hârtie pergament.

782. PASTĂ DE GUTUI (CHITONOAGĂ)
La 1 kg de gutui fierte, 400 g zahăr şi zeama de la 1 lămâie.

Se spală gutuile, de preferinţă mici, se taie în patru, se scoate căsuţa cu sâmburi şi se pun să fiarbă în apă cât să le cuprindă. Se adaugă şi câteva mere creţeşti tăiate în sferturi. Se lasă să fiarbă până se moaie, astfel încât să le pătrundă uşor furculiţa. Când sunt bine fierte, se trec prin sită şi se adaugă câte 400 g de zahăr la fiecare kg de gutui fierte, precum şi zeama de la o lămâie mică. Se pun din nou să fiarbă, amestecând până se leagă. Când pasta este bine legată, se răstoamă pe un fund udat cu apă, se întinde cu un cuţit lung, udat meren, în strat gros de 1 cm. Se acoperă cu un tifon şi se lasă la loc

uscat şi bine ventilat să se usuce, o zi sau două. Când s-a uscat, se taie romburi, se dau prin zahăr şi se păstrează în cutii de tablă mai multă vreme.

DULCEŢI

Dulceţile se pregătesc în tingire specială, care nu se întrebuinţează la altceva. Trebuie observat cu multă grijă ca borcanele în care se toarnă dulceaţa să nu aibă nici o urmă de grăsime, aceasta pricinuind sigur zaharisirea dulceţilor. De aceea borcanele trebuie spălate cu apă cu sodă, bine limpezite cu apă caldă şi şterse cu un şervet curat, neîntrebuinţat.

Dulceaţa fierbinte se toarnă întâi într-un castron şters, în care se ţine până se răceşte, acoperită cu un şervet ud. Se toarnă apoi în borcane şi se leagă bine cu hârtie pergament. Dacă s-ar turna direct în borcane, fructele s-ar ridica deasupra, zeama rămând limpede la fund. Borcanele trebuie păstrate la loc uscat şi la temperatură puţin variabilă.

783. DULCEAŢĂ DE CĂPŞUNI

O farfurie adâncă, plină cu vârf, de căpşuni, 1 kg , zahăr, zeama de la 1 lămâie, 1 l de apă de var limpede.

Se aleg căpşuni mijlocii, frumoase şi proaspete. Se spală şi se ţin circa o oră în apă de var (p. 22). Se scot cu lingura cu găuri, se pun într-o sită şi se moaie cu totul, de câteva ori, într-un castron cu apă rece, schimbată de două, trei ori. Se lasă câteva minute pe sită sau se pun pe un şervet uscat ca să se scurgă bine de apă. Se rup codiţele. Trebuie să se lucreze tot timpul uşor cu căpşunile, ca să nu se sfărâme. Se pun apoi într-un castron, un rând de căpşuni, unul de zahăr (tos, dar cernut fin), repetând până se termină căpşunile. Se acoperă cu un strat gros de zahăr. Deasupra se stoarce zeama de la o jumătate de lămâie. Se lasă să stea totul la loc răcoros, din alun până dimineaţa (10 — 12 ore).

Se toarnă cu totul în tingirea de dulceaţă. Se lasă întâi la foc mic până se topeşte tot zahărul, apoi pe foc mai iute. Se amestecă uşor, din când în când, cu dosul lingurii, sau se clatină puţin tingirea şi când dă în clocot, se ia spuma. Se adaugă zeama de la încă o jumătate de lămâie şi se lasă să fiarbă până se leagă.

Nu trebuie să ne îndepărtăm nici o clipă de la foc, deoarece dulceţile se ard uşor pe fund şi dau repede în foc. Se încearcă punând câteva picături de zeamă pe o farfurioară. Dacă zeama, după ce s-a răcorit, este destul de legată, se ridică tingirea de pe foc. Se toamă într-un castron foarte curat şi se acoperă cu o cârpă udă şi bine stoarsă. Din timp se spală borcanele şi se pun să se usuce bine în gura cuptorului. Când dulceaţa s-a răcorit, se toarnă în borcane şi se leagă bine cu hârtie pergament.

784. DULCEAŢA DE CĂPŞUNI (reţetă din Ardeal)
1 kg căpşuni, 1 kg zahăr, 1/2 linguriţă sare de lămâie pisată.

Se aleg căpşuni mijlocii, frumoase şi proaspete, având şi codiţele. Se spală câte puţine odată, în apă multă. Se pun pe o sită să se scurgă, apoi se îndepărtează codiţele, punând fructele pe o farfurie, direct pe cântar. Se pun într-un căzănel smălţuit, un strat de zahăr, unul de fructe, peste care se presară un praf de sare de lămâie. Se continuă aşa până se pun toate fructele şi tot zahărul, ultimul rând find de zahăr. Să nu se uite sarea de lămâie, deoarece aceasta întăreşte fructele şi le păstrează culoarea. Se lasă astfel o jumătate de zi, până încep fructele să lase zeamă. Se pun la fiert întâi la foc mai mic, apoi pe foc mai iute, 15 minute, în care timp nu se amestecă cu lingura, ci numai se scuturã vasul. Se iau de pe foc şi se lasă până a doua zi când se fierbe dulceaţa din nou 10 minute. După ce se răcoreşte, se pune în borcane, care se leagă cu hârtie pergament şi se fierb 15 minute într-un vas cu apă. La fel se pot face dulceţile de zmeură, cireşi, şi vişine, caise şi prune coapte. Atragem atenţia că nu trebuie fierte mai mult de 2 kg de fructe odată, ca să nu fie strivite de zahăr. De asemenea, căzănelul trebuie să fie smălţuit ca să nu coclească stând de pe o zi pe alta.

785. DULCEAŢĂ DE FRAGI
O farfurie adâncă, plină cu vârf, de fragi, 1 kg zahăr, 3 pahare apă, zeama de la 1 lămâie.

Se aleg fragii unul câte unul, să fie toţi întregi şi frumoşi. Nu se spală decât dacă este neapărat necesar şi în acest caz se pun pe o sită sau pe un şervet curat, uscat, să se scurgă bine de apă. Trebuie o farfurie adâncă plină de fragi. Se pune la foc zahărul cu trei pahare de apă. Se ţine tingirea la foc mic, până se topeşte tot zahărul. Se împinge apoi pe foc iute şi se lasă să fiarbă până se leagă zahărul, astfel încât dând drumul la o picătură de sirop într-o ceşcuţă cu apă foarte rece, picătura să nu se dizolve imediat, ci să se întărească, putând fi luată între degete. Se ia de câteva ori spuma ce se ridică la suprafaţă. Se pun fragii. Se lasă să dea un clocot şi se ia tingirea cu totul de pe foc, lăsând-o la o parte un sfert de oră, ca să-şi lase fragii toată zeama lor în sirop. Se pune din nou tingirea la foc. Se ia spuma când dă în clocot. Se adaugă zeama de la o lămâie şi se procedează pentru rest ca la dulceaţa de căpşuni.

786. DULCEAŢA DE ZMEURĂ

Se face la fel cu dulceaţa de fragi.

787. DULCEAŢA DE MURE

Se face la fel cu dulceaţa de fragi, se adaugă la fiert puţină vanilie.

788. DULCEAŢA DE TRANDAFIR

250 g foi de trandafir, 1 1/4 kg zahăr, 1/2 linguriţă sare de lămâie.

Se aleg trandafiri frumoşi care să nu fie veştezi. Se aleg foile una câte una, rupând capătul alb, apoi se vântură uşor sau se cern, ca să nu rămână de loc praf galben printre ele. Se freacă cu mâna 150 g frunze alese, cu jumătate linguriţă sare de lămâie pisată, uşor, până se fac roşii şi cu grijă să nu se rupă foile. Se ţin la rece. Frunzele rămase (se pot întrebuinţa şi cele mai veştede sau pătate) se fierb câteva minute cu 1 l apă, se lasă să se răcească. Se strecoară printr-o pânză. Se pun în tingirea de dulceaţă trei pahare de zeamă bine limpezită, cu 1,250 kg zahăr. După ce s-a topit zahărul, se pun frunzele frecate cu sare de lămâie, se împinge tingirea pe foc iute, se lasă să fiarbă bine, până se leagă cât trebuie. Se adaugă puţină zeamă de lămâie, se ia spuma şi se încearcă pe o farfurioară; când sunt gata, se toarnă într-un castron foarte curat să se răcească şi se procedează apoi ca pentru dulceaţa de căpşuni.

789. DULCEAŢA DE CIREŞE ALBE

O farfurie adâncă, plină cu vârf, de cireşe fără sâmburi, 1 kg zahăr, vanilie, zeama de la 1/2 lămâie.

Se spală, se aleg şi se curăţă cireşele de sâmburi. Această operaţie se face cu un ac de cap neîntrebuinţat, ceva mai subţire, ale cărui capete se înfig întrun dop mic de plută. Se scoate sâmburele afară cu partea îndoită a acului, având grijă să nu se sfărâme fructul. Se pun în tingirie un rând de cireşe, unul de zahăr, tos sau pisat, până se termină întreaga cantitate cerută de zahăr şi de cireşe. Se pune tingirea pe marginea maşinii şi se ţine la foc mic, să se topească zahărul în zeama lăsată de fructe. Se mişcă din timp în timp tingirea, ca să nu se prindă de fund. Se dă apoi la foc iute, luând spuma când se ridică şi amestecând din când în când uşor cu dosul lingurii. Când începe să se lege, se dă 10 minute la o parte, apoi se adaugă o bucată de vanilie şi zeama de lămâie. Se pune din nou să fiarbă, până ce zeama este bine legată. Se ia de la foc şi se răstoarnă întâi într-un castron care se acoperă cu un şervet ud. Se toarnă în borcane numai după ce s-a răcit, altfel boabele se ridică la suprafaţă şi zeama rămâne limpede pe fund. Această dulceaţă, ca şi cea de vişine şi de cireşe amare, se mai poate face punând fructele să fiarbă în sirop de zahăr. În acest scop se pune la fiert 1 kg de zahăr cu trei pahare de apă. Se ţine pe marginea maşinii până se topeşte zahărul încet, se dă apoi tingirea la foc iute, ţinându-se până se leagă bine siropul. Se pun fructele şi se dă tingirea cu totul la o parte circa un sfert de oră, ca să-şi lase fructele toată zeama. Se pune din nou pe foc şi se procedează mai departe la fel ca mai sus.

790. DULCEAŢĂ DE CIREŞE AMARE

Se face la fel ca dulceaţa de cireşe albe.

791. DULCEAŢA DE VIŞINE

Se face la fel ca dulceaţa de cireşe albe.

792. DULCEAŢĂ DE CAISE VERZI

O farfurie adîncă plină cu vârf, de caise verzi, 1 kg zahăr, 3 pahare apă, zeama de la o lămâie.

Se alege o farfurie adâncă plină de caise verzi, tinere, care nu au încă sâmburele format. Se înţeapă cu un ac mai gros, în lungime, astfel încât acul să le străpungă dintr-un capăt în celălalt. Se înţeapă apoi şi lateral. Pe măsură ce se înţeapă, se aruncă într-un castron cu apă rece. Se pune la foc un vas cu apă în care s-a dizolvat piatră vânătă cât o alună mică. Se pun caisele într-un tifon şi se bagă în vasul cu apă care clocoteşte. Se ţine până ce apa, care a încetat să fiarbă în clipa în care am introdus caisele, începe din nou să clocotească. Se scot, se limpezesc repede în mai multe ape reci şi se pun pe o sită de păr, să se scurgă de apă. În acest timp se pune zahărul să se topească cu trei pahare de apă, în tingire, pe marginea maşinii. După ce s-a topit, se împinge tingirea pe foc iute. Când zahărul începe să se lege, se pun caisele şi zeama de la jumătate de lămâie şi se dă tingirea cu totul la o parte un sfert de oră, ca să lase caisele toată zeama. Se pune apoi pe foc bun şi se lasă să fiarbă. Se ia spuma şi se încearcă dacă este legată punând puţină zeamă pe o farfurioară. Se procedează apoi ca pentru dulceaţa de căpşuni (v. 783).

793. DULCEAŢA DE CAISE COAPTE

Aceleaşi cantităţi ca pentru dulceaţa de caise verzi, 1 l apă de var, limpede.

La 1 kg de zahăr, se pune o farfune adâncă plină de caise curăţite. Se aleg caise frumoase, dar nu prea coapte, potrivit de mari, se curăţă de coajă cu un cuţitaş bine ascuţit şi se ţin 2 — 3 ore în apă limpede de var, după care se limpezesc în câteva ape reci. Se scot sâmburii, ţinând caisa uşor în mâna stângă şi împingând sâmburele cu un beţişor ascuţit, din partea dinspre codiţă, cu grijă să nu se spargă caisa. Se pun pe o sită să se scurgă. Se leagă zahărul cu trei pahare de apă, se pun caisele, se lasă să dea 2 — 3 clocote, se iau de pe foc ţinându-se la o parte circa un sfert de oră ca să lase apa, apoi se pun din nou la foc să fiarbă până se leagă cât trebuie. Se ia spuma. La ultimele clocote se adaugă vanilie, zeama de la o 1/2 de lămâie şi câţiva sâmburi de caise curăţiţi de pieliţe, dar întregi. Se procedează apoi ca la dulceaţa de căpşuni (v. 783).

794. DULCEAŢA DE PRUNE VERZI

Se face la fel ca şi dulceaţa de caise verzi.

795. DULCEAŢĂ DE PRUNE COAPTE

O farfurie adâncă, plină cu vârf, de prune coapte, 1 kg zahăr, 3

pahare apă, zeama de la 1/2 lămâie. 1 l apă de var, limpede.

Se curăţă de pieliţe o farfurie adâncă plină de prune nu prea coapte. Prunele se curăţă uşor dacă sunt puse într-un tifon sau într-o sită şi introduse cu totul într-un vas cu apă care clocoteşe. Se ţin până ce apa dă din nou în clocote. Se scot şi se introduc imediat în alt vas cu apă rece. Prin trecerea bruscă de la cald la rece, pieliţa se încreţeşte şi iese uşor de pe prune. După ce sunt toate curăţite, se pun în apă limpede de var şi se procedează la fel ca pentru dulceaţa de caise coapte.

796. DULCEAŢĂ DE GUTUI

O farfurie adâncă, plină cu gutui rase, 1 kg zahăr, 3 pahare apă, zeama de la 1/2 lămâie, vanilie.

Se curăţă gutuile de coajă şi se rad pe răzătoarea cu găuri mari, astfel încât să se obţină o farfurie adâncă plină cu gutui rase. Se pun într-un tifon şi se fierb cu totul, până încep să se moaie. Se scurg, în timp ce fierbe zahărul. Gutuile rase nu se ţin nefierte la aer, deoarece se înnegresc. Se pun să fiarbă în tingirea de dulceaţă zahărul cu trei pahare de apă. Se ia spuma şi când este aproape legat, se pun gutuile adăugându-se vanilie şi după ce a mai fiert, zeama de la 1/2 lămâie. Se lasă să fiarbă până ce se leagă cât trebuie, continuând ca pentru celelalte dulceţi.

797. DULCEAŢĂ DE PORTOCALE

3 portocale cu coaja groasă, 1 kg zahăr, 3 pahare apă, zeama de la 1/2 lămâie.

Se aleg portocale anume de dulceaţâ, cu coaja groasă şi potrivit de mari. Se rade coaja galbenă, dar nu de tot, ci numai cât să se ia partea lucioasă de deasupra. Se lasă să stea 24 ore în apă rece, la loc răcoros. Se pun apoi la fiert în apă, până se moaie de tot şi pot fi străpunse de dinţii furculiţei. Se dau la o parte şi se pun o oră în apă rece. Se scot, se scurg de apă, se taie felii transversale, apoi în bucăţi potrivit de mari, îndepărtându-se sâmburii. Se pun pe foc moale, în tingirea de dulceaţă, zahărul şi trei pahare de apă. Se ţin până se topeşte zahărul, se dă apoi la foc iute, se ia spuma la primele clocote şi se lasă să fiarbă până se leagă bine. Se dă tingirea la o parte, se pun bucăţile de portocale, se lasă să stea circa 10 minute, se pune din nou pe foc iute să fiarbă până se leagă cât trebuie. Se ia spuma din timp în timp. La ultimele clocote, se adaugă şi zeama de la 1/2 de lămâie. Se dă la o parte şi se se toarnă în borcan.

ŞERBETURI

798. ŞERBET DE CĂPŞUNI

1 pahar de zeamă de căpşuni, 1 kg zahăr.

Se storc printr-un tifon des căpşuni coapte şi parfumate. Se lasă să se limpezească şi se pune în tingirea de dulceaţă zahărul cu un

pahar de zeamă de căpşuni. Se pune tingirea întâi la foc foarte moale, până se topeşte zahărul, apoi pe un foc iute. Se ia spuma neagră care se ridică la suprafaţă şi se şterg marginile tingirii cu o cârpă curată, muiată în apă rece. Se încearcă dacă este legat dând drumul la câteva picături într-o ceaşcă cu apă foarte rece. Dacă picăturile nu se dizolvă îndată şi se pot lua între degete, şerbetul este gata şi se dă imediat jos de pe foc. Dacă nu este gata, se lasă să mai fiarbă, încercând din nou. Se va încerca de 2 — 3 ori, ca să iasă şerbetul potrivit de legat.

Se acoperă tingirea cu o cârpă udă şi se lasă numai puţin să se răcorească, luându-se fierbinte la frecat. Se aşază tingirea pe un scăunel întors cu picioarele în sus astfel încât să nu se mişte la amestecat, şi cu o vergea de lemn sau cu făcăleţul de mămăligă, se amestecă şerbetul numai într-o parte până îşi schimbă culoarea, devenind ca un aluat potrivit de tare. Când începe să-şi schimbe culoarea, se adaugă, amestecând mereu, o linguriţă de zeamă de lămâie. Se poate pune direct cu lingura în borcan, sau se mai frământă cu mâna şi se pune în borcan, apăsându-l cu pumnul ca să nu rămână goluri de aer printre bucăţile de şerbet.

799. ŞERBET DE ZMEURĂ

3/4 pahar de zeamă de zmeură, 1 kg zahăr.

Se trece printr-un tifon de zmeură coaptă, astfel încât să se obţină 3/4 de pahar de zeamă limpede. Se adaugă apă atât cât să se umple paharul. Se toarnă în tingire peste zahăr, se dă pe foc foarte moale până se topeşte încet zahărul, apoi se pune tingirea pe foc iute şi se procedează mai departe ca pentru şerbetul de căpşuni.

800. ŞERBET DE TRANDAFIR

250 g foi de trandafir, 1 l apă, 1 kg zahăr, 1 vârf linguriţă sare de lămâie.

Se vântură sau se dau prin ciur 250 g de foi alese de trandafir, ca să se îndepărteze praful galben ce cade din flori. Se pun la fiert cu 1 l de apă, ţinându-se să fiarbă până scade apa aproape la jumătate. Se dau la o parte şi se lasă să se răcească. Se strecoară printr-un tifon des. Se pun în tingire două pahare din această zeamă, bine limpezită, cu zahărul. Se ţine pe marginea maşinii până se topeşte. În timpul fiertului, se iau două linguriţe din acest sirop, se pun într-o ceaşcă, cu un vârf de linguriţă de sare de lămâie, amestecând până se dizolvă. Se încearcă şerbetul dacă este legat, la fel ca şi cel de căpşuni. Se dă la o parte, se acoperă cu o cârpă udă, iar când s-a răcorit atât cât poate suferi degetul, se ia la frecat cu făcăleţul. În momentul când începe să-şi schimbe culoarea, se pune câte puţin din siropul în care am dizolvat sarea de lămâie. Aceasta colorează frumos şerbetul, dar în acelaşi timp îl acreşte, de aceea nu trebuie pusă prea multă. Se pune după gust. Când şerbetul este gata, se frământă cu mâna, sau se pune direct în borcane.

801. ŞERBET DE VIŞINE
3/4 pahar zeamă de vişine, 1 kg zahăr.

Se storc bine vişinile până se obţin 3/4 pahar de zeamă limpezită, care se completează cu apă, astfel încât paharul să fie plin. Se pune în tingire cu zahărul şi se procedează ca la şerbetul de căpşuni, luându-se fierbinte la frecat.

802. ŞERBET DE LĂMÂIE
1 1/4 kg zahăr, 4 pahare apă, 1 lămâie, vanilie.

Se pun la topit, în tingirea de dulceaţă, la foc foarte mic, zahărul cu patru pahare de apă. Când zahărul s-a topit, se împinge tingirea pe foc iute, la fiert. Se ia spuma şi se leagă ceva mai tare ca pentru şerbetul obişnuit, încercând dacă s-a legat la fel ca la şerbetul de căpşuni (v. 798).

Cât fierbe, se şterg marginile tingirii cu o cârpă curată, muiată în apă rece, ca să se cureţe zahărul întărit pe margini, deoarece acesta provoacă zaharisirea şerbetului. Se adaugă puţină vanilie. Se dă jos de pe foc, şi când s-a răcorit cât poate suferi degetul, se ia la frecat cu făcăleţul. Când începe să se albească, se toarnă câte puţin din zeama strecurată de la o lămâie întreagă, adăugând, după gust, şi puţină coajă rasă de lămâie. Se lucrează la fel ca şerbetul de căpşuni.

803. ŞERBET DE CIOCOLATĂ
1,250 kg zahăr, 4 pahare apâ, 3 batoane ciocolată sau 50 g cacao, vanilie.

Se pun în tingirea de dulceaţă să se moaie zahărul cu patru pahare de apă. Se lasă pe marginea maşinii până se topeşte tot zahărul. Se fierbe apoi pe foc iute şi când siropul este aproape legat, se adaugă ciocolată vanilată rasă. Se ia spuma, din când în când, până se leagă bine. Se încearcă dacă este gata, punând câteva picături într-o ceaşcă cu apă rece. Dacă picăturile nu se dizolvă imediat şi se pot lua între degete, atuncea şerbetul este gata.

Se va încerca de 2 — 3 ori, pentru ca şerbetul să iasă potrivit de legat. Se dă la o parte, şi când s-a răcorit cât suferă degetul, se ia la frecat, până se taie coarda şi îşi schimbă culoarea. Dacă este necesar, se frământă şi cu mâna ca să devină ca alifia şi se pune în borcan. În loc de ciocolată se pot pune 50 g de cacao, dizolvate separat cu câteva linguri de apă şi tumate în tingire când siropul este aproape legat.

804. ŞERBET DE ZAHĂR ARS
1,250 kg zahăr, 4 pahare apă.

Se pun în tingirea de dulceaţă, la foc foarte mic, 1 kg de zahăr cu trei pahare de apă. Când zahărul s-a topit, **se** împinge tingirea pe foc iute, la fiert. într-o tigaie foarte Curată, preferabil de aluminiu, se ard 250 g zahăr şi se sting cu un pahar de apă fierbinte. Se amestecă pe colţul maşinii şi se toarnă în tingire, când siropul pentru şerbet este aproape legat. Se fierbe din nou şi se încearcă la fel ca şerbetul

de ciocolată. Dacă este gata, se ia de pe foc, se acoperă cu o cârpă udă şi când s-a răcorit cât suferă degetul, se ia la frecat.

805. ŞERBET DE CAFEA
1,250 kg zahăr, 3 paharte apă, 1 pahar cafea concentrată (amestecată cu cicoare).

Se pun în tingirea de dulceaţă zahărul cu trei pahare de apă, şi se procedează la fel ca la şerbetul de ciocolată, adăugând la fiert, în loc de ciocolată, un pahar de cafea concentrată şi bine limpezită. Dacă pare prea deschis când îşi schimbă culoarea, se mai poate adăuga o lingură de cafea în timp cât se freacă.

PELTELE

806. PELTEA DE ZMEURĂ
1 l zeamă de zmeură, 1 kg zahăr.

Se alege zmeura şi se stoarce câte puţină odată, printr-o pânză. Se lasă să se limpezească. Se pun în tingirea de dulceaţă cantităţi egale de zeamă de zmeură şi zahăr şi se fierb la foc mic, până ce pelteaua este destul de legată.

Se va observa cu atenţie momentul când trebuie ridicată de pe foc, deoarece dacă se trece din fiert, pelteaua nu se mai leagă. Se toarnă fierbinte în borcane.

807. PELTEA DE MERE
1 l zeamă în care au fiert merele, 1 kg zahăr.

Pentru peltea se aleg mere Renete, sau mere creţeşti, roşii şi cu miezul mai tare. Cele făinoase se sfărâmă la fiert şi dau o peltea tulbure. Se spală merele, se taie în patru şi fiecare sfert încă în două, fără să se cureţe de coajă şi fără să se scoată sâmburii. Se pun într-o cratiţă, în apă, pe măsură ce sunt tăiate, ca să nu se înnegrească. La 1 kg mere trebuie 1 l de apă. Se fierb cu totul, la foc potrivit, se acoperă cu un capac şi nu se ating merele în timpul fiertului, ca să nu se sfărâme. După ce au clocotit un sfert de oră şi merele s-au rnuiat, se toamă cu totul, intr-o sită de păr pusă peste un castron, şi se lasă fără să se apese merele, circa 20 de minute, până se scurge bine zeama. Se mai lasă să se limpezească încă o jumătate de oră, şi se trec printr-un tifon des.

La un litru din această zeamă limpezită, se pune 1 kg de zahăr. Se lasă întâi pe marginea maşinii până se topeşte zahărul, apoi se fierbe la foc bun, luând spuma de câte ori este necesar şi se continuă la fel ca pentru pelteaua de zmeură. Din merele fierte se poate face marmeladă, adăugând zahărul necesar.

808. PELTEA DE GUTUI
1 lzeamă în care au fiert gutuile, 1 kg zahăr.

Se aleg gutui frumoase, de preferinţă mici, galbene, coapte şi

fără pete. Se spală, se şterg cu o cârpă de puful de deasupra, se taie în patru şi fiecare sfert încă în două. Nu se curăţă de coajă şi nu se scoate mjlocul care conţine o cantitate mare de materie gelatinoasă (pectină). Se pun într-o cratiţă cu apă, pe măsură ce sunt tăiate, socotind 2 l de apă la 1 kg de gutui. Se adaugă şi câteva mere creţeşti roşii, tăiate în sferturi. Se lasă să fiarbă circa o oră, la foc mic, până ce gutuile sunt atât de moi, încât pot fi străpunse uşor cu coada unui chibrit. Se lasă să se limpezească zeama aşa cum s-a arătat la pelteaua de mere. Se pun la fiert zeama limpezită şi zahărul şi se continuă ca pentru pelteaua de zmeură. Ceea ce rămâne după ce se strecoară zeama, se poate întrebuinţa pentru a face marmeladă sau pastă de gutui.

SIROPURI

809. SIROP DE FRAGI

1 l zeamă de fragi, **1 kg zahăr, 1 linguriţă zeamă de lămâie.**

Se strivesc cu mâna, într-un castron, fragi bine copţi. La 1 kg de fragi se poate adăuga 1/4 de litru de apă. Se storc pnntr-un tifon des şi se toarnă în tingirea de dulceaţă, adăugînd la 1 l de zeamă, 1 kg de zahăr. Se ţine pe foc moale până se topeşte zahărul, se fierbe apoi la foc iute circa 20 de minute. Nu se face prea gros, ca să se poată turna uşor din sticle. La fiert se adaugă puţină zeamă de lămâie. Când este destul de legat, se dă la o parte şi se toarnă cald în sticle care se astupă bine. Sa să nu pleznească sticla, se înfăşoară într-o cârpă umedă, cât se toarnă siropul.

810. SIROP DE ZMEURĂ

Se face la fel ca siropul de fragi.

811. SIROP DE COACĂZE

Se face la fel ca siropul de fragi, adăugând la 1 l de zeamă, 1,500 kg de zahăr.

812. SIROP DE VIŞINE

1 l zeamă de vişine, 1 kg zahăr.

Se curăţă de codiţe, 1,500 kg de vişine şi se pun să fiarbă cu 1/4 de litru de apă. Când vişinile au început să pleznească, se pun într-un tifon ca să se scurgă zeama. După ce s-au scurs bine, se lasă zeama câtva timp să se limpezească. Se pun apoi la fiert în tingire cantităţi egale de zeamă şi de zahăr şi puţină zeamă de lămâie. După ce s-a topit zahărul, se fierbe la foc iute şi se leagă, luând spuma de câte ori este necesar. Se toarnă cald în sticle. Zeama pentru sirop se poate pregăti de asemenea la fel ca pentru siropul de fragi (v. 809).

BĂUTURI

813. LICHIOR DE PORTOCALE

1 l alcool de 90°, 1 l lapte crud, 1 kg zahăr tos, 4 portocale, 1 lămâie.

Într-un borcan de 4 kg se pun alcoolul, laptele crud, zahărul, 4 portocale tăiate bucăţi potrivite, cu coajă şi cu sâmburi, şi o lămâie tăiată bucăţi. Se leagă borcanul şi se pune într-un loc ferit, unde se lasă să stea o lună întreagă. La fiecare 2 — 3 zile se amestecă bine conţinutul cu o lingură mare de lemn. După acest timp, se strecoară totul printr-un tifon, storcând bine să iasă toată zeama din portocale. Lichidul obţinut se filtrează astfel: într-o pâlnie obişnuită de metal sau de sticlă se pune o altă pâlnie de hârtie de filtru prin care se toarnă încet în sticle lichidul de mai sus. Filtrarea se face în cîteva ore, iar lichiorul trebuie să iasă perfect limpede. Cât are încă lichid, pâlnia de hârtie nu trebuie atinsă, deoarece s-ar rupe imediat. Când s-a depus prea mult reziduu pe ea, se înlocuieşte cu altă hârtie de filtru. Lichiorul astfel obţinut se toarnă în sticle, se astupă şi se păstrează oricât timp.

814. LICHIOR DE CAFEA

250 g cafea (pentru 1 l cafea lichidă), 1 l alcool 90°, sirop dintr-un kg zahăr şi ¾ l apă, vanilie.

Se face la filtru o cafea aromată din 250 g cafea prăjită şi măcinată mai mare. Se trece prin filtru atâta apă clocotită, încât să se obţină 1 l cafea lichidă. Se face un sirop din zahăr şi apă. După ce s-a răcorit, se amestecă cu cafeaua, alcoolul şi un praf de vanilie. Se păstrează în sticle bine astupate.

815. LICHlOR DE ANASON

1 l alcool de 90°, 40 g anason stelat, 5 boabe de coriandru, o bucăţică cât un ban de scorţişoară, sirop din 400 g zahăr şi ½ l apă.

Se pun într-un borcan cu gâtul strâmt alcoolul, anasonul şi celelalte aromate. Se astupă şi se lasă să stea astfel două luni încheiate. După acest timp se adaugă siropul de zahăr. Se amestecă la fiecare două zile, timp de o săptămână. Se filtrează apoi la fel ca lichiorul de portocale.

816. LICHlOR DE CASSIS

1 l alcool de 90°, 2 kg boabe de cassis (coăcăze negre), sirop din 750 g zahăr şi 1/2 l apă.

Se pun într-un borcan cu gâtul strâmt boabele de cassis, alese şi spălate, cu 1 l de alcool.

Se astupă bine şi se lasă să stea două luni. După acest timp se amestecă cu siropul de zahăr. Se continuă apoi ca la lichiorul de portocale.

817. VIŞINATĂ

La 1 kg de vişine, 400 g zahăr, alcool cât să cuprindă vişinile.

Se spală vişine frumoase, coapte şi întregi. Se rup codiţele. Se umplu cu ele sticle mari, speciale pentru vişinată, de 3 — 4 kg, cu gâtul larg. Se pun un rând de vişini, unul de zahăr tos sau pisat. Se leagă borcanul şi se lasă câteva zile la soare, până îşi lasă vişinile zeama şi zahărul începe să se dizolve. Din când în când se scutură uşor borcanul ca să se aşeze vişinile. Se toarnă apoi alcool de 90° cât să acopere vişinile, se leagă borcanul cu hârtie pergament, se aşază din nou într-un loc la soare şi se lasă câteva săptămâni. Vişinile capătă un gust aromat, foarte plăcut, dacă printre ele se pun câteva boabe de cireşe amare şi câţiva sâmburi de vişine, zdrobiţi. După dorinţă, se poate servi vişinata împreună cu vişinile sau numai lichiorul, iar vişinile separat, presărate cu zahăr pisat. De asemenea se pot fierbe vişinile într-un sirop slab de zahăr şi apă, servindu-le ca un compot.Dacă vişinata pare prea tare, se poate slăbi cu sirop de zahăr.

818. VIN FIERT

1 l vin, 250 g zahăr, 4 ciişoare, o bucăţică scorţişoară, o bucăţică coajă de lămâie.

Se pun la fiert într-un vas curat, fără miros de mâncare, vin alb sau roşu, zahăr, cuişoare, scortişoară şi puţină coajă de lămâie. Se amestecă până se dizolvă zahărul şi se lasă apoi să dea un singur clocot. Vinul fiert prea mult pierde din aromă. Se strecoară şi se serveşte fierbinte în ceşti sau în pahare.

819. ŞODOU

Pentru 6 persoane: 6 gălbenuşuri, 12 linguriţe cu vârf de zahăr, 1 l lapte, 6 linguriţe rom.

Se freacă într-un castron gălbenuşurile cu zahărul pisat, până se umflă şi devin o cremă spumoasă. Se toarnă încet laptele clocotit, se adaugă rom şi se serveşte la ceşti imediat, cât este fierbinte.

820. LIMONADĂ

Pentru 6 persoane: 150 g zahăr, 2 lămâi mijlocii, 6 pahare apă.

Se pune zahărul într-un vas foarte curat. Se toarnă apa rece deasupra, amestecând până se dizolvă zahărul. Se adaugă puţină coajă de lămâie, tăiată numai din partea galbenă şi zeama de lămâie. Se acoperă şi se pune la gheaţă câteva ore. Înainte de a servi se strecoară, adăugând în pahare şi câte o felie subţire de lămâie.

821. CVAS

15 l apă, 800 g zahăr, 2 lămâi, 200 g stafide, 25 g drojdie, 1/2 Iinguriţă bicarbonat.

Se pun într-o oală sau în alt vas mare, zahărul, lămâile tăiate bucăţi şi stafidele. Se opăresc cu apă clocotită. Se acoperă vasul cu un şervet. Când s-a răcorit apa cât suferă degetul, se pun drojdia muiată cu puţină apă şi 1/2 linguriţă de bicarbonat.

Se lasă să fermenteze 12 ore, apoi se strecoară şi se toarnă în sticle, după ce s-a pus în fiecare 2 — 3 stafide. Se închid sticlele cu dop fiert, se leagă fiecare bine cu sfoară, ca să nu sară dopul, şi se mai ţin două ore la cald, apoi se duc în pivniţă. După 2 — 3 zile cvasul este bun de băut.

CÂTEVA REŢETE CASNICE

822. PREPARAREA PÂINII

1 kg făină, 30 g drojdie, circa 1/2 l apă, 1 linguriţă zahăr, 1 lingură ulei, 2 linguriţe rase de sare.

Se cerne făina în covată. Se moaie drojdia cu o linguriţă de zahăr şi puţină apă caldă (nu fierbinte, deoarece plămădeala nu mai creşte). Într-un vas de mărime potrivită se pune un pumn din făina cernută. Se face loc la mijloc, se toarnă drojdia muiată, se amestecă adăugând încă puţină apă până se face o plămădeală potrivit de moale. Se bate până începe să se facă băşici. Se presară puţină făină deasupra, se acoperă cu un. şervet şi se lasă să crească la căldură. Când a crescut, se pune în covata cu făina cernută mai înainte, se adaugă sarea, uleiul şi se toarnă câte puţină apă caldă, frământând bine, până nu se mai lipeşte de mâini. Aluatul trebuie să fie potrivit de tare, nu prea moale. Se presară făină, se acoperă şi se lasă în covată, la loc cald, să crească. Când aluatul a crescut, se iau bucăţi din el, se pun pe masa de aluat presărată cu făină şi li se dă formă rotundă sau lungă, după dorinţă. Se lasă sâ crească şi se coc la cuptor, la foc potrivit, aproape o oră.

825. PÂINE CU LAPTE

1 kg făină, 40 g drojdie, 6 — 7 dl lapte, 1 lingură ulei, 20 g zahăr, 2 linguriţe rase de sare.

Se cerne făina în copaie. Se face loc la mijloc. Se pune drojdia frecată cu zahărul, apoi uleiul, sarea şi ***laptele rece***. Se frământă

totul bine, până ce aluatul face băşici şi se desprinde de pe mâini. Se pune la cald să crească, se fac pâini care se aşază pe tavă sau se pun în forme presărate cu făină. Se lasă din nou să crească. Se ung cu ou amestecat cu apă sau cu lapte, se coc la cuptor circa o oră la foc potrivit.

824. PÂINE CU CARTOFI

1 kg făină, 400 g cartofi fierţi, 50 g drojdie, 2 linguriţe rase de sare, 3 linguriţe zahăr, 5 — 6 dl apă caldă.

Se fierb cartofii. Se curăţă de coaja înainte de a se răci de tot şi se trec prin maşina de carne sau prin presa de cartofi. Se cerne făina în copaie, se face loc la mijloc, se pun cartofii călduţi, drojdia muiată cu puţină apă, sarea, zahărul şi apa caldă, cât suferă mâna (să nu fie prea fierbinte). Se amestecă totul împreună şi se frământă bine aluatul care trebuie să fie de preferinţă îndesat. Se presară cu făină şi se lasă la cald să crească. Se răstoarnă aluatul pe masa de aluat presărată cu făină, se fac pâini lungi sau rotunde şi se aşază pe tava de asemenea presărată cu făină. Se mai lasă să crească şi se coc la cuptor, la foc potrivit, circa o oră.

825. CHIFLE

Se folosesc aceleaşi cantităţi ca pentru pâinea cu lapte.

Se face un aluat la rece ca pentru pâinea cu lapte. După ce a crescut, nu însă complet, se răstoarnă coca pe masa de aluat presărată cu făină, se împarte în pâiniţe mici de circa 50 — 60 g fiecare, se rotunjesc în mână şi se aşază pe tava presărată cu făină. De îndată ce sunt aşezate pe tavă, înainte de a creşte, se crestează deasupra, în două sau în patru, cu un cuţit foarte bine ascuţit, cu o mişcare iute şi destul de adânc. Se lasă să crească şi, înainte de le da la cuptor, se ung cu ou amestecat cu puţin lapte. Se coc la foc iute circa 20 de minute.

826. PREPARAREA ŞUNCII

La 10 kg de carne, 500 g sare, 25 g silitră.

Se scoate frumos pulpa, fără să se rupă carnea şi se taie câte puţin din margini ca să capete formă rotundă. Se amestecă sarea cu silitra. Cu un cuţit îngust şi bine ascuţit se fac în şuncă mai multe înţepături până la os, în ele introducându-se cu degetul amestecul de sare şi silitră. De asemenea se presară sare şi silitră şi pe deasupra, frecând cu mâna ca să pătrundă bine în carne, în special pe lângă os. Şuncile astfel pregătite sunt aşezate într-o putină sau într-o covată de lemn, împreună cu costiţele şi slăninile de asemenea sărate. Se pune putina la loc răcoros, la o temperatură medie de 3 — 6 ˚C. Slăninile şi costiţele se ţin 5 — 6 zile, iar şuncile până la 10 zile. În fiecare zi se întorc, astfel încât bucăţile de deasupra să vină, pe rând dedesubt şi să stea în zeama pe care au lăsat-o. După acest timp se scot, se leagă cu sfoară, făcând la pulpă o tăietură între tendon şi capătul osului, iar

la slănină o mică înţepătură la un capăt, prin care se introduce sfoara. Se atârnă într-un loc aerisit şi răcoros, unde se ţin 3 —4 zile să se zvânte. Se dau apoi la fum, şunca 4 — 5 zile, iar slăninile şi costiţele 2 — 3 zile. Durata afumatului depinde de tăria fumului şi de mărimea bucăţilor. O şuncă bine afumată are culoare aurie şi miros plăcut. Dacă se ţine prea mult se amăreşte, iar dacă nu se ţine suficient, nu are gust şi nu se păstrează bine. Această metodă experimentată de a pregăti în casă carnea pentru afumat este cea mai uşoară şi dă rezultate foarte bune, cu următoarele condiţii: 1) cărnurile ce se pun la saramură să fie proaspete; 2) cantitatea de sare să fie suficientă, mai bine ceva mai multă decît prea puţină; 3) putina cu saramură să se ţină la loc răcoros ca să nu prindă carnea miros.

827. PREPARAREA SLĂNINILOR

După ce s-au scos muschii şi pulpele, se taie slănina de la burtă în fâşii de un lat de palmă şi de lungime potrivită. Se îndreaptă la capete. Se dau prin sare şi prin silitră şi se urmează apoi cu saramura şi afumatul, aşa cum s-a arătat mai sus, la prepararea şuncii. La fel se prepară muşchiul afumat, costiţele şi picioarele de purcel.

828. FIERBEREA ŞUNCII

Într-un vas destul de încăpător se pune să se înfierbânte apă. Înainte de a începe să fiarbă, se introduce şunca şi se lasă să fiarbă în clocote mici 2 — 3 ore, după mărimea şuncii. Dacă şunca nu este prea sărată, se mai poate adăuga puţină sare la fiert, pentru ca apa să nu tragă toată sarea din carne. Şunca este gata când este uşor străpunsă de furculiţă. Nu trebuie fiartă prea mult, deoarece carnea devine aţoasă. Se lasă să se răcorească în apa în care a fiert. Se păstrează la rece.

829. PREPARAREA CÂRNAŢILOR

Se trece carnea macră de porc prin maşina de tocat şi se amestecă cu bucăţele mici de slănină crudă. Se adaugă, după gust, sare, piper, enibahar şi zeamă de mujdei de usturoi. Se frământă totul bine la un loc, adăugând şi puţină zeamă de carne. Tocătura trebuie să fie moale şi destul de sărată. Se aşază la maşina de tocat carne tubul de tablă pentru umplut maţele. Dinainte se pregătesc maţele subţiri, bine spălate, întoarse pe dos şi ţinute în apă rece, în timpul cât se prepară tocătura. Se trage maţul peste tubul de tablă, adunându-l pe tot la un loc, apoi se introduce tocătura cu ajutorul maşinii, încet ca să nu se spargă maţul. Se fac mai moi. Se lasă să se svânte câteva zile într-un loc răcoros şi se dau la fum, pentru păstrat, sau se consumă proaspeţi, neafumaţi. Cârnaţii care se dau la fum se fac ceva mai îndesaţi. În tocătura lor nu se mai adaugă zeamă de came şi se fac ceva mai săraţi şi mai piperaţi decât cei care se mănâncă proaspeţi.

830. TOBA

Se pun la fiert, într-un vas cu apă rece, fălcile şi bucăţile grase de la cap, urechile bine curăţite, bucăţi de şorici, limba, inima, rinichiul, împreună cu 2 — 3 foi de dafin şi puţină sare. Se fierb numai pe jumătate. După ce s-au răcorit, se taie toate în feliuţe lungi şi subţiri, iar limba şi rinichii în bucăţi ceva mai mari. Se amestecă într-un vas, turnând şi câteva ceşti din zeama în care au fiert. Se adaugă sare, piper pisat, enibahar, coriandru, potrivindu-le după gust.

Dinainte se pregăteşte stomacul porcului, bine curăţit şi spălat înăuntru; se umple, aşezând bucăţile mai mari în lungul tobei, spre a obţine felii frumoase, când se taie. Se coase la capete şi se fierbe în clocote mici, circa trei sferturi de oră, în zeama care a rămas de la început. Când toba este fiartă, se pune pe un fund, cu un teasc uşor deasupra şi se ţine până se răcoreşte complet. Se poate da apoi cîteva ore la fum.

831. TOBĂ CU SÂNGE

Se fierb camea şi măruntaiele ca mai sus. După ce s-au tăiat bucăţi, se adaugă în loc de zeamă, sânge păstrat de la tăierea porcului, în care s-a amestecat o lingură de sare, ca să nu se închege. Se pregăteşte apoi la fel ca toba fără sânge.

832. CARTABOŞI

Se fierb inima, plămânul, splina şi carnea mai sângeroasă de la gât şi, după ce s-au răcorit, se trec prin maşina de carne sau se toacă cu satârul. La 1 kg de măruntaie se adaugă aproape 1/2 kg de orez potrivit de fiert (să nu fie trecut din fiert), scurs şi spălat în apă rece, sare, piper, enibahar, maghiran şi ceapă prăjită, după gust. Se amestecă totul bine şi se umple cartaboşul. Se pune să fiarbă 10 — 15 minute în clocote mici, în zeama în care au fiert măruntaiele. Se servesc calzi sau se scot din zeamă şi după ce s-au răcorit, se prăjesc în untură. La fel se pot face şi cu sânge, ca la tobă. De asemenea se pot pregăti şi cu măruntaiele nefierte la început.

833. CÂRNAŢI DE FICAT (LEBĂRVURŞTI)

Se fierbe ficatul nu prea tare, în clocote mici, împreună cu tot atâta carne grasă de la gât. După ce s-au răcorit, se trec de 2 — 3 ori prin maşina de carne şi se freacă bine într-un castron, până devin ca o pastă. Separat se taie slănina mai tare, foarte puţin fiartă, în pătrăţele mici, se amestecă cu ficatul, adăugând puţină zeamă în care a fiert la început ficatul. Se mai adaugă sare, piper şi nucşoară pisată. Se umplu maţele groase, care au fost bine curăţite şi spălate. Ca să nu pleznească la fiert, se înţeapă mai înainte cu un ac, în câteva locuri. Se pun în apă fierbinte să dea câteva clocote, dar la foc mic, altfel plesnesc. Se lasă să se răcorească în apă. Se păstrează la rece.

834. TOPIREA UNTURII

Se poate topi pentru păstrat, atât slănina din afară, cât şi osânza dinăuntrul porcului. Slănina se curăţă bine de pe şorici, înlăturând şi bucăţile de carne pe care le-ar mai avea. Atât slănina, cât şi osânza se spală, se taie bucăţi şi se pun într-un vas încăpător să stea două ore cu apă rece. La pivniţă sau în alt loc răcoros se pot lăsa şi până a doua zi. Se scot apoi din apă şi se taie foarte mărunt sau se dau prin maşina de tocat carne şi se pun într-o cratiţă sau într-o oală pe foc să se topească. Focul nu trebuie să fie prea mare, ca să nu se prăjească untura, şi din timp în timp, trebuie amestecate, ca să nu se prindă pe fund. După ce au fiert, untura topită se ia cu lingura mare de supă şi se strecoară într-alt vas, care se afla pe marginea maşinii. Când toată untura este bine topită şi scursă, se mai lasă câtva timp la cald să se limpezească de rămăşiţele de jumări care au trecut prin strecurătoare şi după ce s-a limpezit bine, se toarnă, tot prin sită, peste care se pune însă o bucată de pânză, în borcanele sau în cutiile de tablă în care va fi păstrată. Nu se pune de la început direct în borcane, deoarece fărâmăturile de jumări care se depun la fund râncezesc cu timpul, dând unturii un gust neplăcut. Untura răcită trebuie să fie albă ca zăpada. Jumările rămase de la topit se sărează puţin, se pun de asemenea în borcan şi la loc rece şi uscat, unde se pot păstra câtva timp. Se pot adăuga la carnea de tocătură pentru sarmale, chiftele etc.

Untura se păstrează bine în loc răcoros şi uscat, în vase smălţuite sau în cutii de tablă cu capac perforat, de asemenea în borcane legate cu hârtie pergament, înţepată în mai multe locuri cu un ac. Niciodată nu trebuie să se toarne untura fierbinte peste alta deja răcită şi sleită, doarece se produce sigur râncezirea unturii.

835.TOPIREA UNTULUI

Pentru topit se alege unt presat. Să nu fie zeros. Se pune într-o cratiţă sau într-o oală pe maşină, la foc potrivit. Se păzeşte de aproape, deoarece untul dă foarte uşor în foc. După ce s-a topit, fără să fiarbă, se dă la o parte la rece, iar după ce s-a întărit, se curăţă spuma de deasupra, iar untul sleit se scoate cu o lingură în alt vas, cu grijă să nu se ia din zerul depus la fund. Se pune oala cu untul sleit din nou la foc moale să se topească dându-se cu totul la o parte după câteva clocote. Se strecoară şi se pune fierbinte în sticle sau în borcane de sticlă, care se înfăşoară într-o cârpă udă ca să nu plesnească. Untul topit şi pus în borcane sau în sticle trebuie să fie limpede ca uleiul, fără urmă de zer, care ar provoca cu timpul râncezirea.

Spuma luată şi zerul rămas se pun din nou la foc să dea câteva clocote, apoi se scurge cât se poate untul din ele. Untul se păstrează bine în sticle sau în borcane de sticlă. Borcanele se leagă cu hârtie pergament şi se păstrează la loc uscat. Zerul rămas poate fi întrebuinţat, în loc de smântână, la pregătirea unor feluri de legume

ca: praz cu smântână, cartofi cu smântână etc.

836. UMPLEREA BORŞULUI

Borşul se pregăteşte de obicei în putini de stejar (butoaie mici, mai largi în fund decât în partea de sus) de 8 — 10 litri. Se spală bine putina şi, dacă este necesar, se opăreşte. Se poate însă înlocui cu un borcan mare de pământ. Se umplu pe un sfert cu tărâţe de grâu, amestecate cu o mână bună de mălai. Acestea se umezesc bine cu apă rece, apoi se toarnă peste ele apă clocotită, atât cât să se umple putina cam pe trei sferturi. Se amestecă bine cu un făcăleţ şi, după ce s-a răcorit, se adaugă circa 1/2 kg huşti (tărâţa înăcrită de la borş, care se poate cumpâra dacă nu s-a păstrat). În lipsă de huşti, se umezeşte la început tărâţa cu borş în loc de apă. Se poate adăuga şi o creangă de vişin. Se amestecă totul bine, se acoperă cu o cârpă curată şi se lasă să stea la loc cald, de obicei în bucătărie lângă maşină. După 24 de ore, borşul este gata. Înainte de întrebuinţare se strecoară.

MURĂTURI ŞI CONSERVE PENTRU IARNĂ

837. BULION DE ROŞII ÎN STICLE

Se aleg roşii coape, de preferinţă rotunde, deoarece sunt cărnoase şi au mai puţine seminţe. Se spală, se rup în două, iar jumătăţile se strâng între degete, astfel încât să se scurgă tot miezul apos din ele (având mai puţină zeamă, se vor lega mult mai uşor la fiert). Se pun într-o oală mare, smălţuită, pe foc, ţinându-se până dau câteva clocote şi se răsucesc pieliţele. Se dau la o parte, se trec prin ciur, frecând cu o lingură de lemn, până rămân numai seminţele şi pieliţele. Se pun din nou pe maşină, în oala spălatâ curat. Se amestecă mereu, cât fierbe, până se îngroaşă atât, încât să se poată turna uşor în sticle. Nu se lasă o clipă neamestecat, deoarece bulionul se prinde uşor de fund şi se arde. Bulionul se toarnă cald prin pâlnie, în sticle. Pentru ca să nu plesnească, se înfăşoară sticla într-o cârpă umedă. Se umplu sticlele până la gât, se toarnă o lingură de ulei şi se astupă cu dopuri noi, care au fost fierte, sau se leagă cu hârtie celofan pusă în două. Pe măsură ce se astupă, se aşază la un loc ferit, în picioare, se acoperă bine cu pături şi se ţin astfel până se răcoresc complet; a doua zi, la cele astupate cu dopuri se pune smoală şi se păstrează la loc răcoros şi uscat.

Dacă nu există un loc bun de păstrare, ca să nu fermenteze bulionul, este prudent să se fiarbă sticlele, după ce au fost asupate numai cu dopul de plută, în alt vas cu apă. Ca să nu sară dopul la fiert, se leagă cu sfoară şi după ce au fost ţinute în pături, să se răcorească încet, se pune deasupra smoală.

838. ROŞII CONSERVATE ÎN BORCAN

Se aleg roşii coapte, dar nu stricate. Se spală, se introduc o clipă cu ajutorul unei site în apă clocotită, se curăţă de pieliţe, se taie

în patru şi se îndepărtează seminţele.

Se pun într-un castron adăugând la 1 kg de roşii 2 g de acid salicilic şi sare după gust (se fac sărate ca pentru mâncare, nu mai mult). Se amestecă uşor cu mâna sau cu o lingură şi se aşază în borcane mici, fără zeama pe care au lăsat-o. Se leagă cu hârtie pergament sau cu celofan şi se păstrează la rece.

839. ROŞII ŞI ARDEI PENTRU CIORBĂ

Se aleg roşii coapte şi sănătoase, se taie în două, apoi în felii subţiri. De asemenea se taie ca fideaua câţiva ardei graşi, precum şi frunză verde de mărar şi de pătrunjel. Se face un amestec în proporţiile dorite, într-un vas, adăugând sare după gust (ca pentru orice mâncare). La fiecare kilogram de roşii şi ardei se adaugă câte 2 g de acid salicilic. Se amestecă împreună şi se pun în sticle. Se astupă bine cu dopuri fierte (cu ajutorul maşinii de dopuri), se acoperă cu smoală sau cu ceară şi se păstrează sticlele la rece.

840. ESENŢĂ PENTRU SUPĂ

Se curăţă şi se spală: 2 kg de morcovi, 1 kg de ceapă, 1 kg de roşii, 1/2 kg de păstârnac, 4 ţeline, 4 ardei graşi, o varză mică, o conopidă mică şi 10 g usturoi. Se taie tot zarzavatul bucăţi şi se trece apoi prin maşina de carne. Se amestecă cu 1/2 kg de sare şi se pune în borcane, apăsând cu lingura, ca să nu rămână goluri, iar deasupra se toamă ulei de un deget. Se leagă cu hârtie pergament sau cu celofan şi se păstrează la rece.

Se poate întrebuinţa la supe, la ciorbe, punând câte o lingură din acest amestec la 1 l de apă. De asemenea dă gust bun la unele mâncări ca: ardei umuluţi cu orez, sarmale de post etc.

841. CASTRAVEŢI ÎN SARAMURĂ (DE CONSUMAT VARA)

Se aleg castraveţi tineri şi foarte proaspeţi. Se spală în apă rece şi se taie puţin din capete. Dacă sunt castraveţi mai groşi care trebuie să se mureze repede, se despică puţin la mijloc în lungime, cu un cuţit. Se pune apa la fiert cu sare, în proporţie de 50 g de sare la 1 l de apă. După ce a dat câteva clocote, se dă la o parte să se limpezească.

Se aşază castraveţii în borcan, se pun printre ei căţei de usturoi, iar deasupra se acoperă cu crengi de mărar. Se toarnă saramura fierbinte şi se leagă cu hârtie pergament. Dacă borcanul este de sticlă, pentru a nu plesni, se înfăşoară într-o cârpă udă. Se pune la soare şi se lasă 2 — 3 zile. Între timp se vântură zeama de două, trei ori. După ce sunt bine muraţi, se ţin la rece şi se consumă după trebuinţă.

842. MURĂTURI ÎN SARE PENTRU IARNĂ

Murăturile de iarnă se fac în butoiaşe de stejar, a căror mărime depinde de nevoile casei. Butoiul se spală şi se opăreşte bine (butoiul

întrebuinţat numai pentru murături devine cu atât mai bun, cu cât se învecheşte). Dacă are miros de mucegai, se stinge în el o mână de var. După ce s-a stins varul, se spală butoiul cu mai multe ape, frecându-l cu o perie, şi se lasă să se svânte. Se freacă apoi înăuntru cu usturoi pisat. Separat se spală în două, trei ape castraveţi, pepeni verzi mici, ardei lungi, gogonele (pătlăgele roşii crude), mere tari, ţelină, pătrunjel, morcov. Tot zarzavatul întrebuinţat trebuie să fie proaspăt şi nevătămat, altfel se moaie în timpul iernii. Se aşază toate în butoi, în proporţiile dorite, se adaugă câteva fire de mărar uscat şi frunze de vişin care ţin murăturile tari, iar deasupra se toarnă saramura clocotită, făcută din 500 g de sare la 10 l de apă. Pentru ca murăturile să fie gustoase şi să ţină mai bine, se adaugă câte 1 l de oţet la fiecare 10 l de apă. Se astupă bine cu dopul de lemn şi în fiecare zi, timp de 10 zile, se rostogoleşte puţin butoiul prin curte, ca să se amestece bine murăturile şi saramura să le cuprindă pe toate. Se aşază apoi butoiul într-o pivniţă uscată şi se desfundă atunci când începe consumul de murături.

843. MURĂTURI PENTRU IARNĂ (ÎN BORCAN)

Într-o oală mare, se pun la fiert 9 l de apă cu 1/2 kg sare şi 1/2 l oţet. Se aşază în borcane de sticlă, de 5 — 6 l, bucăţi de varză roşie, bucăţi de conopidă, alternând cu morcovi şi ţelină tăiate felii mai groase, gogonele şi ardei lungi. Se înfăşoară borcanul cu o cârpă groasă bine umezită şi se toarnă fierbinte soluţia de apă cu sare şi oţet (dacă este bine înfăşurat cu cârpă udă, borcanul nu plesneşte). Se pun deasupra câteva boabe de piper, câţiva căţei de usturoi, 2 — 3 frunze de dafin şi o creangă de mărar uscat. Se leagă borcanul cu hârtie celofan pusă în două şi se ţine la căldură până se limpezeşte apa. Se pune spre păstrare la un loc răcoros.

844. VARZĂ ACRĂ ÎN BORCAN

Se taie varza ca fideaua, se pune într-un vas, presărând sare ca pentru mâncare. Se amestecă uşor cu mâna, până începe să se moaie. Se aşază îndesat în borcan, punând între straturile de varză tocată şi foi întregi, care se pot folosi la sarmale. Deasupra se apasă cu două scândurele aşezate cruciş. După câteva ore, când varza din borcan s-a lăsat, se mai adaugă alte câteva rânduri de varză cu sare. Se pun din nou scândurelele, apăsând bine, astfel încât toată varza să fie cuprinsă de zeama pe care o lasă. Dacă este necesar, se mai adaugă puţină apă sărată (30 g sare la 1 l apă). Se leagă cu hârtie pergament sau cu celofan si se lasă la soare, să se mureze.

345. VARZĂ ACRA IN BUTOI

Butoiul trebuie să fie de stejar. Se spală bine, se opăreşte şi se lasă să se zvânte. Se aşază într-o pivniţă uscată, pe doi butuci, pentru ca vasul în care se scoate zeama să poată încăpea uşor sub canea (robinet). Se controlează dacă funcţionează bine caneaua. Se aleg

verze îndesate şi sănătoase, dar nu prea mari. Se îndepărtează frunzele veştede, se crestează în formă de cruce în partea cotorului, scobindu-l puţin cu cuţitul. În fiecare scobitură se pune puţină sare. Se aşază varza rânduri în butoi. La 100 de verze se adaugă circa doi pumni de boabe de porumb, două, trei fire de hrean şi trei, patru gutui frumoase. Separat se pregăteşte o saramură din 500 g de sare mare de bucătăie la 10 l de apă. Se toarnă peste varză, punând deasupra un teasc făcut din scânduri şi o piatră mare bine spălată. Dupa două, trei zile, varza se lasă, de aceea se mai adaugă câteva verze, până se umple din nou butoiul. După două zile începe pritocirea, care continuă până începe să se mureze varza, la fiecare 2 — 3 zile. Prin canea se lasă să curgă zeamă într-o oală mare. Când aceasta este plină, se toarnă zeama peste varză în butoi. Se repetă operaţia de câteva ori până ce toată zeama a fost vânturată. După patru, cinci spătămâni varza este murată. Dacă se formează cu timpul floare deasupra, aceasta trebuie curăţită regulat, iar teascul bine spălat. Varza se va păstra astfel tare.

846. CASTRAVEŢI MICI ÎN OŢET

Se aleg castraveţi mici şi foarte proaspeţi. Se spală, se taie puţin la capete şi se scurg bine de apă. De asemenea se pregătesc câţiva morcovi tăiaţi cu cuţitul special, în rondele crestate, câteva frunze de ţelină şi după gust, câţiva căţei de usturoi. În acest timp se fierbe oţetul cu sare, astfel încât să fie bine sărat la gust (circa 50 g la 1 l de oţet) şi cu câteva boabe de piper. Oţetul de vin este mai bun, dar se poate întrebuinţa şi oţet obişnuit, de 9°. Se lasă separat să se răcorească. Se aşează castraveţii în borcan, iar printre ei felii de morcov, frunze de ţelină şi căţei de usturoi. Se toarnă oţetul răcorit, împreună cu boabele de piper. Deasupra se pun boabe de muştar sau frunze de vişin bine spălate, care menţin castraveţii tari. Se leagă borcanul cu hârtie pergament. Se pun la cămară, iar după circa 10 zile se pot întrebuinţa.

847. GOGOŞARI ÎN OŢET

Se aleg gogoşari frumoşi, nevătămaţi şi proaspeţi. Se spală şi se lasă pe un şervet să se zvânte, sau se şterg cu o cârpă moale. Se înţeapă fiecare cu un ac, de 2 — 3 ori. Se aşază în borcane. Se fierbe oţetul, adăugând la fiecare litru 60 g de sare, două linguri de zahăr, o foaie de dafin. După ce s-a răcorit bine, se toarnă peste gogoşari, punând deasupra câteva boabe de muştar sau frunze de vişin. Se pun apoi cruciş două scândurele mici, care trebuie să ţină gogoşarii în oţet. Se leagă cu hârtie pergament şi se ţin la cămară până se murează.

848. VINETE ÎMPĂNATE, ÎN OŢET

Se aleg vinete tinere şi nu prea mari. Se taie codiţa şi se despică în lung pe ambele părţi, dar nu de tot. Se pun în apă fierbinte şi se

lasă să clocotească până încep să se moaie. Se scot şi se aşază pe masă unele lângă altele, iar peste ele se pune un fund cu greutăţi deasupra. Separat se pregăteşte zarzavatul, tăind ca fideaua morcovi, pătrunjel, ţelină, varză, ardei verzi, în proporţiile dorite. Se freacă toate zarzavaturile uşor cu puţină sare, adăugându-se, după gust, şi câţiva căţei de usturoi. Umplutura aceasta se introduce în despicături, apoi se leagă pătlăgelele cu cozi de ţelină opărite şi se aşază rânduri în borcan. Deasupra se toarnă oţet fiert cu sare şi răcorit, în proporţie de 50 g la 1 l de oţet. Se leagă borcanele şi se păstrează la un loc răcoros.

849. CIUPERCI MARINATE

Se aleg ciuperci mărunte şi închise. Se spală în câteva ape. Se pun la foc într-o cratiţă cu ulei, în proporţie de 100 g ulei la 1 kg de ciuperci, şi puţină sare. După ce au dat în clocot, se mai ţin 10 minute. Se adaugă câteva linguri de oţet, o linguriţă de piper pisat, sare după gust, precum şi o foaie de dafin. Se aşază în borcane şi se fierb o oră pe baie de apă.

850. CONOPIDĂ ŞI MORCOVI ÎN SARAMURĂ

Se curăţă conopida şi se desface în buchete. De asemenea se curăţă morcovi în lungime cu cuţitul special, crestat, şi se taie rondele ceva mai groase. Se aşază la fundul borcanului: foi de viţă, foi de ţelină şi puţin mărar. Apoi se aşază conopida şi morcovii, iar deasupra se mai pune puţină foaie de ţelină şi mărar. Se fierbe cantitatea necesară de apă cu sare (50 g sare la 1 l de apă), se pun câteva boabe de piper la fiert şi se lasă să se răcorească, nu însă complet. Se toarnă în borcan, se leagă cu hârtie pergament şi se ţine la căldură până când se limpezeşte zeama. Se pune spre păstrare la un loc răcoros.

851. ARDEI CONSERVAŢI ÎN SARE

Se aleg ardei graşi frumoşi. Se spală într-o apă, se taie în jurul codiţei un căpăcel şi se curăţă de seminţe. Se presară fiecare cu puţină sare înăuntru şi se lasă să stea într-un vas mare sau într-o oală, până a doua zi, ca să se moaie. La 100 ardei graşi, intră 3 — 400 g sare. După ce s-au muiat se aşază în borcan, unul în altul, ca să încapă cât mai mulţi turnând şi apa pe care au lăsat-o. După câteva ore, dacă s-au lăsat, se mai adaugă câţiva ardei, până se umple complet borcanul, se apasă cu o scândurică atât, cât să-i cuprindă zeama care a ieşit din ei. Dacă aceasta nu ajunge până sus, se poate turna puţină apă cu sare. Se pune un praf de acid salicilic muiat cu puţină apă caldă ca să nu facă floare, se apasă cu o scândurică, se leagă cu hârtie pergament şi se ţin la loc răcoros. Înainte de întrebuinţare se desărează, punându-i din ajun în apă. Într-un borcan de 6 kg intră 100 — 120 ardei frumoşi.

852. TARHON CONSERVAT ÎN OŢET

Se aleg frunze de tarhon proaspăt. Se pun într-un castron şi se presară bine cu sare. A doua zi se aşază într-un borcan mic, se apasă deasupra cu două scândurele aşezate cruciş, apoi se toarnă oţet cât să le cuprindă. Se leagă cu hârtie pergament şi se păstrează la rece.

853. MĂRAR VERDE CONSERVAT PENTRU IARNĂ

1. ***În sare***. Se alege mărarul ca pentru mâncare şi se aşază într-un borcan de 1/2 de kilogram, presărând sare între rândurile de mărar. Până a doua zi mărarul lăsându-se, se adaugă alt mărar, de asemenea presărat cu sare, până se umple borcanul. Se pun deasupra cruciş două scândurele, apăsând uşor, astfel încât zeama lăsată de mărar să-l acopere complet. Se leagă cu hârtie pergament şi se păstrează la rece. Iarna se scoate câte puţin, pe măsura necesităţii, se ţine o oră în apă rece şi se întrebuinţează la mâncare, ciorbă etc.
2. ***Uscat***. Se alege mărarul ca pentru mâncare şi se întinde pe hârtie, la un loc uscat (dar nu în soare) unde se ţine câteva zile până se usucă. Se păstrează în cămară, în săculeţ de pânză. Se spală înainte de întrebuinţare.

854. PĂTRUNJEL VERDE CONSERVAT PENTRU IARNĂ

Se pregăteşte la fel ca mărarul uscat (vezi).

855. ZARZAVAT USCAT PENTRU CIORBĂ

În cantităţi mari, zarzavatul se usucă în cuptoare anume de uscat. Pentru trebuinţele casei se poate, cu oarecare grijă, usca şi pe grătare în cuptorul maşinii.

Morcovii se aleg din varietăţile cu rădăcina mică, care sunt mai fragezi şi mai dulci. Se rad, se spală şi se taie felii subţiri. Se opăresc cu apă clocotită, fără să mai stea pe maşină, se scurg şi se aşazâ pe grătare de sârmă, anume împletită. Se introduc în cuptor când focul este aproape stins (temperatura cuptorului să nu fie mai mare, de 60 — 70 ˚C) şi se ţin până s-a răcit cuptorul. A doua zi se mai bagă la cuptor, la aceeaşi temperatură, iar între timp se ţin într-un loc curat şi bine aerisit. Morcovii uscaţi se păstrează în săculeţe de pânză.Ţelina, pătrunjelul şi păstârnacul se usucă la fel cu morcovul.

CÂTEVA LISTE DE BUCATE

IANUARIE

Supă de carne cu orez
Rasol cu sos de hrean şi cartofi
Mere coapte în aluat

*

Mămăligă cu brânză la cuptor

Tocană de purcel
Tartă cu marmeladâ
*
Ciorbă de sfeclă, dreasă
lahnie de fasole cu murături
Budincă de griş
*
Salată rusească
Macaroane cu brânză
Compot de pere
*
Supă de chimeni cu pâine prăjită
Sarmale de varză cu orez
Gogoşi cu sirop de smeură
*
Musaca de cartofi cu zarzavat
Ciulama de viţel
Ruladă cu marmeladă
*
Supă de linte
Ghiveci
Ştrudel cu griş
*
Salată de cartofi cu ceapă
Cârnaţi pe varză călită
Orez cu lapte
*
Fasole bătută cu usturoi
Limbă cu sos de roşii
Compot de mere
*
Supă de zarzavat
lahnie de cartofi cu murături
Plăcintă cu brânză
*
Piftii de porc
Chiftele de praz la cuptor
Cornuleţe cu marmeladă
*
Ciorbă de fasole boabe
Rizoto cu brânză şi sos de roşii
Baclava
*
Chiftele de cartofi cu salată de sfeclă
Musaca de tăiţei
Compot de prune uscate
*

Peşte prăjit
Budincă de varză
Minciuni

FEBRUARIE
Supă de mazăre uscată
Gutui cu carne
Cremă de vanilie
*
Salată de cartofi cu tarhon
Budincă de macaroane cu sos de roşii
Jeleu de vin
*
Supă cu găluşti de griş
Orez cu limbă
Cremă de zahăr ars
*
Cartofi cu smântână
Varză acră cu carne
Ştrudel cu mere
*
Supă de morcovi
Budincă de iofca cu şuncă
Prăjitură cu cremă de vanilie
*
Orez cu praz
Cârnaţi pe fasole uscată
Gogoşi dospite
*
Ciorbă de peşte
Varză cu tăiţei
Alivancă
*
Cartofi cu brânză la cuptor
Prune uscate cu carne
Griş cu lapte
*
Supă de praz cu cartofi
Chifteluţe marinate
Piroşti cu marmeladă
*
Piftii de porc
Mâncare de linte cu murături
Gogoşi de cartofi cu zahăr
*
Supă deasă de fasole boabe
Mâncare de praz

Brânzoaice
*
Salată de cartofi cu andive
Sniţel de parizer cu cuşcuş
Biscuiţi cu marmeladă
*
Ciorbă de zarzavat
Pârjoale moldoveneşti cu cartofi
Sarailie
*
Ciulama de cartofi
Varză acră cu slănină
Melci de cozonac
*

MARTIE
Peşte cu macaroane la cuptor
Papricaş de viţel
Halva
*
Ciorbă de lobodă dreăsă cu smântână
Găluşti de cartofi cu sos de roşii
Plăcinte cu brânză
*
Piure de spanac cu ouă tari
Şniţel de legume cu salată verde
Trandafir de cozonac
*
Pilaf de urzici
Ciulama de miel
Papanaşi prăjiţi, cu smântână
*
Supă de salată
Cartofi cu macaroane la cuptor
Corn cu nucă
*
Chiftele de zarzavat cu salată verde
Miel cu spanac
Gogoşi din aluat pripit
*
Ciorbă de miel
Budincă de cartofi
Clătite
*
Spanac la cuptor
Drob de miel cu salată verde
Piroşti cu brânză

*
Supă de cartofi
Friptură înăbuşită, cu sos
Budincă de griş
*
Orez cu mânătărci
Gulaş cu găluşte
Corn cu marmeladă
*
Ciorbă rusească
Omletă cu cartofi prăjiţi
Ştrudel cu brânză
*
Mâncare de ţelină
Şniţel de miel cu cartofi
Plăcintă cu cremă de vanilie
*
Supă de spanac
Cartofi cu ouă răscoapte, la cuptor
Ruladă cu marmeladă
*
Urzici bătute cu hrean şi ceapă prăjită
Plăcintă de macaroane cu parizer
Tartă cu dulceaţă

APRILIE
Ciorbă de ştevie cu smântână
Cartofi cu brânză la cuptor
Omletă cu marmeladă
*
Brânză cu mămăligă şi ridichi
Stufat de miel
Papanaşi fierţi, cu zahăr
*
Supă cu găluşti de griş
Limbă cu sos de roşii
Rulouri cu cremă
*
Salată de cartofi cu ceapă verde şi mărar
Budincă de macaroane
Compot de caise verzi
*
Ciorbă de bureţi
Drob de miel în aluat cu salată verde
Tăiţei cu nuci
*
Măcriş cu ou

Mâncare de cartofi cu slănină
Cremă de griş
*
Supă de salată
Şniţele ruseşti
Gogoşi dospite
*
Pilaf de urzici cu arpacaş
Cartofi cu smântână
Piroşti cu marmeladă
*
Ciorbă de perişoare
Budincă de spanac
Orez cu lapte
*
Chiftele de cartofi cu salată verde
Miel cu ciuperci
Tartă cu cremă
*
Supă de zarzavat
Rizoto cu brânză şi sos de roşii
Ştrudel cu griş
*
Zacuscă de peşte
Budincă de zarzavat, în aluat
Cremă de zahăr ars
*
Ciorbă de miel
Spanac cu pâine prăjită la cuptor
Biscuiţi cu marmeladă
*
Balmuş cu smântână
Friptură de berbec pe fasole uscată
Gogoşi de cartofi cu zahăr

MAI
Supă de verdeţuri
Tocană de viţel
Clătite cu magiun
*
Salată de ouă tari, cu mărar şi ceapă verde
Mâncare de cartofi cu carne
Lapte cu tăiţei
*
Ciorbă ţărănească
Şniţel cu piure de spanac
Ştrudel cu brânză

*

Lapte acru cu mămăligă
Mazăre cu frigănele
Omletă cu dulceaţă

*

Supă de piure de cartofi
Chiftele de zarzavat cu salată verde
Tartă cu mac

*

Carote cu smântână
Musaca de cartofi
Gogoşi din aluat de cozonac

*

Ciorbă pescărească
Budincă de spanac
Corn cu marmeladă

*

Găluşti de cartofi cu sos alb
Mâncare de miel cu mazăre
Cireşe

*

Supă de gulii
Cartofi cu smântână
Crochete de griş, cu zahăr

*

Pilaf cu mazăre
Ruladă cu came cu salată verde
Plăcintă cu brânză

*

Ciorbă de cartofi dreasă cu smântână
Carote şi mazăre cu unt
Gogoşi dospite, cu sirop

*

Spanac cu frigănele
Musaca de tăiţei
Compot cu cireşe

*

Supă de piure de mazăre
Mâncare de morcovi cu carne
Savarină cu pesmet

*

Salată de spanac cu ouă tari
Spaghete cu brânză la cuptor
Melci în sirop

IUNIE

Ciorbă de zarzavat

Rizoto cu ficat
Baclava
*
Mazăre cu crochete de carne
Alivancă cu smântână
Cireşe
*
Supă cu turnăţei
Rasol cu sos de smântână
Cornuleţe din plămădeală
*
Cartofi noi înăbuşiţi, cu salată
Macaroane cu brânză
Compot de cireşe
*
Borş de lobodă dres cu smântână
Morcovi cu crochete de griş
Prăjitură cu cremă de vanilie
*
Spanac cu brânză la cuptor
Ciulama de miel
Biscuiţi cu marmeladă
*
Supă de mazăre
Cartofi noi cu smântână
Corn cu mac
*
Mămăligă cu brânză
Chifteluţe marinate
Tartă cu căpşuni
*
Ciorbă de gulii
Mâncare de carne cu spanac
Ştrudel cu brânză
*
Salatâ de cartofi cu verdeţuri
Orez cu mazăre
Piroşti cu marmeladă
*
Supă de zarzavat
Tocană cu găluşti
Gogoşi
*
Şniţel de legume cu salată
Macaroane cu sos de roşii şi ciuperci
Compot de vişine
*

Ciorbă de peşte
Pârjoale moldoveneşti cu cartofi
Brânzoaice
*
Salată de verdeţuri cu ouă tari
Mâncare de carne cu cartofi
Orez cu lapte
*
IULIE
Gulii cu sos alb
Papricaş de viţel
Prăjitură cu vişine
*
Ciorbă de cartofi şi fasole verde
Dovlecei umpluţi
Papanaşi fierţi
*
Mâncare de bame
Budincă de iofca cu ciuperci
Corn cu marmeladă
*
Salată orientală
Dovlecei cu smântână
Tartă cu caise
*
Supă de roşii cu orez
Mâncare de carne cu fasole verde
Plăcintă cu brânză
*
Conopidă cu sos la cuptor
Musaca de cartofi
Caise
*
Ciorbă de sfeclă
Chiftele de varză cu sos de roşii
Gogoşi dospite
*
Salată de vinete şi ardei
Dovlecei umpluţi cu brânză
Compot de vişine
*
Supă de varză
Mâncare de viţel cu roşii
Griş cu lapte
*
Ardei umpluţi cu orez
Ghiveci

Fructe
*
Ciorbă de fasole grasă
Mâncare de vinete cu roşii
Prăjitură cu caise
*
Pilaf cu dovlecei
Fasole cu smântână
Cremă de zahăr ars
*
Supă de conopidă
Musaca de vinete
Ruladă cu marmeladă
*
Salată de fasole grasă
Mâncare de carne cu dovlecei
Compot de caise
*

OCTOMBRIE
Mămăligă cu brânză
Cârnaţi cu varză calită
Prăjitură cu prune
*
Supă de cartofi şi praz
Mâncare de carne cu pere
Brânzoaice
*
Salată de conopidâ cu roşii
cu ouă tari la cuptor
Prăjitură cu cremă de vanilie
*
Ciorbă de peşte
Vinete umplute cu orez
Tartă cu struguri
*
Găluşti de cartofi cu soş de roşii
Friptură de viţel pe macaroane
Fructe
*
Supă de zarzavat
Sarmale de varză cu orez
Cornluleţe din plămădeală
*
Zacuscă de vinete şi gogoşari
Mâncare de carne cu cartofi
Budincă de griş

*
Peşte prăjit
Ghiveci
Compot amestecat
*
Ciorbă de viţel
Găluşti de varză cu sos de roşi
Budincă de orez cu mere
*
Bahnuş cu smântână
Mâncare de carne cu praz
Compot de pere
*
Conopidă cu sos alb, la cuptor
Ardei umpluţi
Ruladă cu marmeladă
*
Supă de ceapă
Sarmale de varză cu carne
Griş cu lapte
*
lahnie cu cartofi cu castraveţi muraţi
Budincă de zarzavat
Şniţel cu mere
*
Spanac pe pâine prăjită la cuptor
Iofcă cu brânză
Strugrui
*

NOIEMBRIE
Supă de legume
Mâncare de carne cu gutui
Plăcintă cu brânză
*
Mâncare de carne cu gutui
Tocană
Compot de mere
*
Ciorbă de cartofi
Chiftele de praz la cuptor
Baclava
*
Mazăre bătută, cu ceapă prăjită
Budincă de macaroane
Melci în sirop
*

Supă de fasole boabe
Varză dulce la cuptor
Orez cu prune uscate
*
Praz cu smântână
PIăcintă cu carne
Griş cu lapte şi sirop de smeură
*
lahnie de fasole cu murături
Şniţel de parizer cu piure de cartofl
Compot de prune nscate
*
Ciorbă de zarzavat
Mâncare de carne cu castraveţi
Aivancă
*
Peşte rasol
Rizoto de ficat
Ştrudel cu mere
*
Supă de dovleac
Mâncare de carne cu cartofi
Gutui coapte
*
Salată de cartofi cu tarhon
Sarmale cu orez
Tăiţei cu nuci
*
Ciorbă de fasole boabe
Cârnaţi pe varză călită
Tartă cu marmeladă
*
Mâncare de ţelină
Plăcintă de macaroane cu carne
Halva
*
Supă de linte
Varză cu tăiţei
Ştrudel cu griş

DECEMBRIE
Salată de cartofi şi fasole boabe
Chiftele marinate
Cremă de vanilie
*
Ciorbă de peşte cu zeamă de varză
Ciulama de cartofi

Brânzoaice
*
Mămăliga cu brânză la cuptor
Cârnaţi pe fasole
Compot de mere
*
Supă cu tăiţei
Rasol cu cartofi şi murături
Cremă de griş
*
Musaca de cartofi cu zarzavat
Pilaf de pasăre
Gogoşi din aluat pripit
*
Ciorbă ţărănească
Papară de mămăligă
Halva
*
Salată de icre imitate
Perişoare cu smântână
Papanaşi prăjiţi
*
Supă de chimen
Mâncare de fasole cu slănină
Ştrudel cu nuci
*
Cartofi prăjiţi cu omletă
Mâncare de carne cu prune uscate
Com cu mac
*
Pilaf cu praz
Budincă de iofca cu şuncă
Compot de pere
*
Supă de zarzavat
Ciulama de viţel
Ruladă cu marmeladă
*
Budincă de cartofi
Varză cu carne
Clătite cu dulceaţă
*
Supă de linte
Frigănele de cartofi cu salată de sleclă
Plăcinta cu mere
*
Fasole bătută cu usturoi

Tocană de purcel
Orez cu prune uscate

CONŢINUTUL VITAMINE ŞI VALOAREA CALORICĂ A PRINCIPALELOR

ALIMENTE	VITAMINE								100 g dau
ALIMENTE	A	B1	B2	C	D	E	K	P	kilocalorii
ALIMENTE ANIMALE									
Brânză	+		++						142 - 398
Ouă			+	+	++				70
Peşte proaspăt			++	++	++		+		40 - 1140
Peşte afumat.			++	++		+	++		260
Carne de vacă	++		++	++	++			+	88 - 200
Carne de miel			++	++	++				258
Carne de porc			++	++	++	++		+	250
Pui fript			++	+					80
Lapte de vacă			++	++	++				40
Lapte de om			+	++		++	++		67
ALIMENTE VEGETALE									
Cereale									
Porumb.....			++	++	++				365
Orz.....		+	++			++			340
Pâine integrală.....			++	++					238
Pâine albă.....				++					270
Macaroane.....				+					350
Orez fiert									355
Legume									
Cartofi fierţi.....	++		++	++					84
Varză	++		++	++	+				19

| | | |